சித்தர்கள் வழிகாட்டும்

வாசி யோகம்



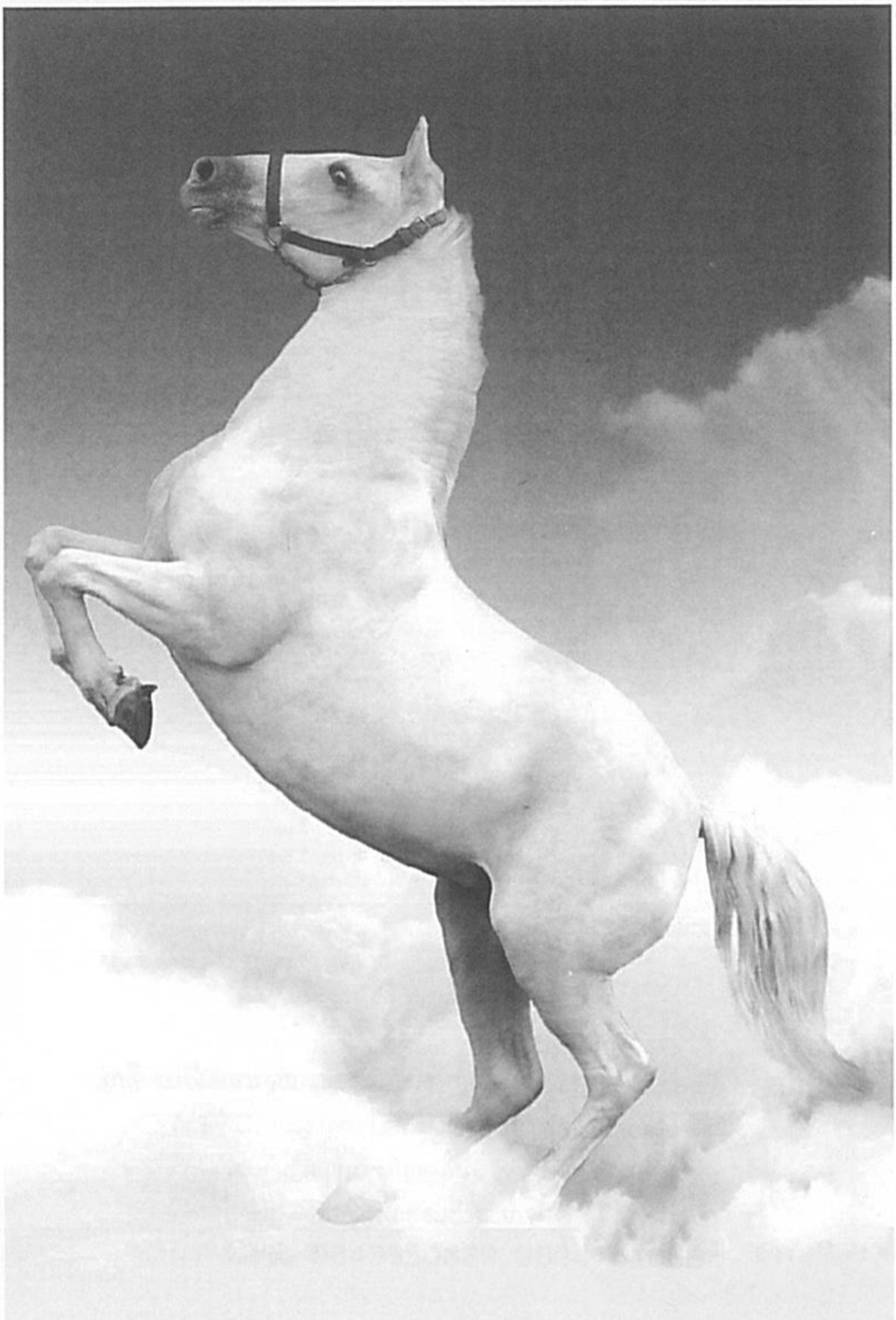
பாட்டுச்சித்தர் ஓம்சக்தி நாராயணசாமி
சீர்காழி

பாட்டுச்சித்தர்

ஓம் சக்தி நாராயணசாமி



சித்தர்கள் வழிகாட்டும்
வாசியோகம்



சித்தர்கள் வழிகாட்டும்

வாசியோகம்

பாட்டுச்சித்தர்
ஓம்சக்தி நாராயணசாமி

வெளியீடு:

ஸ்ரீ மனோன்மணி சித்தர் பீட குருகுல ஆசிரமம்
7/17C, பழைய பாபநாசம் சிவன் கோயில் தெரு,
சிவந்திபுரம் கிராமம், அம்பை வட்டம்,
நெல்லை மாவட்டம் - 627 425.
செல்: 9843650639, 9894751006

சித்தர்கள் வழிகாட்டும் வாசியோகம்

ஆறாம் பதிப்பு	:	ஆகஸ்ட் 2022
உரிமை	:	ஆசிரியர் பாட்டுச்சித்தர் ஓம்சக்தி நாராயணசாமி ஸ்ரீ மனோன்மணி சித்தர் பீட அறக்கட்டளை பதிவு எண். 13/2017 பாட்டுச்சித்தர் தவக்குடில் 27, தியாகராஜ நகர், சீர்காழி - 609 110 நாகை மாவட்டம். செல்: 9843650639, 9894751006
விலை	:	ரூ. 200/- (சித்தர் பீட நன்கொடைக்காக)
வெளியீடு	:	ஸ்ரீ மனோன்மணி சித்தர் பீட குருகுல ஆசிரமம் 7/17C, பழைய பாபநாசம் சிவன் கோயில் தெரு, சிவந்திபுரம் கிராமம், அம்பை வட்டம், நெல்லை மாவட்டம் - 627 425. செல்: 9843650639, 9894751006
தாள்	:	21.3 மேப்லித்தோ
அச்சிட்டோர்	:	வி.எஸ்.டி. அசோஸியேடட் கிராபிக்ஸ் பி.லிட் எண். 7, காமராஜர் சாலை தந்தை பெரியார் நகர், சென்னை - 600 087. செல்: 98400 37147

பொருளடக்கம்

பாட்டுச்சித்தர்
ஓம்சக்தி நாராயணசாமி
ஐயா எழுதிய நூல்கள்

1. ஸ்ரீ மாணிக்க நாச்சியார் மகிமைகள்
2. ஸ்ரீ தர்மசாஸ்தா சபரிமலை ஐயப்பன்
3. பதினெண் சித்தர்களின் தசதீட்சை
4. சித்தர்கள் நமக்களித்த வெளிச்சம்
5. சிவவாக்கியர் ஜீவிதமும் சிந்தனையும்
6. ஸ்ரீகோரக்க சித்தர் கதையும் கருத்தும்
7. சித்தர்கள் வழிகாட்டும் வாசியோகம்
8. சற்குரு ஸ்ரீ காகபுசுண்டர் பெருநூல்
   காவியம் 1000: மூலமும் உரையும் பாகம் – 1
9. சற்குரு ஸ்ரீ காகபுசுண்டர் பெருநூல்
   காவியம் 1000: மூலமும் உரையும் பாகம் – 2
10. சற்குரு ஸ்ரீ காகபுசுண்டர் பெருநூல்
    காவியம் 1000: மூலமும் உரையும் பாகம் – 3
11. கைவல்ய நவநீதம்: மூலமும் உரையும்
12. ஸ்ரீ பாம்பாட்டிச் சித்தர் தேடலும் பாடலும்

முன்னுரை



பேராசிரியர். திரு. S.N. இராகவேந்திரா, MBA, Ph.D.
பாரதிதாசன் மேலாண்மை நிறுவனம்
திருச்சி.
செல்:9442618297

ஓம்நமசிவய

குருபிரம்மா குருவிஷ்ணு குருதேவோ மகேஸ்வர
குருசாட்சாத் பரப்ரம்ம தஸ்மை ஸ்ரீ குருவே நமஹ!

அடியேனின் கோடானகோடி நமஸ்காரங்களை என்குரு பாட்டுச்சித்தர் ஓம்சக்தி நாரயணசாமி அவர்கள் பொற்பாதங்களில் சமர்ப்பிக்கிறேன். இந்த **"சித்தர்கள் வழிகாட்டும் வாசியோகம்"** என்ற இந்நூல் ஒரு ஆன்மிகத்தெளிவை தந்து அவரவரையும் சிந்திக்கவைத்து ஆன்மிகத்தில் ஒரு மறுமலர்ச்சியை ஏற்படுத்தும் என்பதில் எள்ளளவும் சந்தேகமில்லை. இதுவரை இம்மாதிரி ஒரு ஆன்மிக நூலை நாம் கண்டதில்லை என்ற உண்மையை இந்நூல் வாங்கி வாசிக்கும் அன்பர்கள் அனைவரும் நிச்சயம் உணர்வார்கள். ஆன்மிகத்தில் நீடித்து நிலையாய் விளங்கி சிறக்க வரும் இந்நூலிற்கு முன்னுரை எழுதுவதற்கு என்னைத் தேர்ந்தெடுத்ததை பெரும் பாக்கியமாகவும் ஆசீர்வாதமாகவும் கருதுகிறேன். இதை என்னை எழுதச் செய்வதற்கான காரணமும் என் குருமட்டுமே அறிவார் என்ற ஆழ்ந்த நம்பிக்கையோடு அடியேன் இதை எழுதுகின்றேன். மேலும் இதை அடியேன் எழுதவில்லை என்றும் என்னுள் இருக்கும் குருநாதன் எழுதுகிறான் என்று ஆணித்தரமாக நம்புகிறேன்.

பணம், பொருள், புகழ் தேடி அலையும் இந்த காலத்தில் ஒரு குருவைத் தேடி அலைவது ஒயிலாகி விட்டது. இதை சாதகமாக பயன்படுத்திக் கொண்டு உண்மையை அறியாத சில மனிதர்கள் குருவேடம் அணிகின்றனர். அதைக்கொண்டு பல பேர் தன்னை அறியாது அவர்களிடம் சிந்திக்கும் திறனை இழந்து அடிமைகளாய் ஆகின்றனர். இம்மாயையை விலக்க தன்னை அறிய வேண்டும் என்ற ஆர்வங்கொண்டு உண்மையை தேடும் உறுதியான சாதகராய் நாம் இருந்தால் மெய் குருவே நம்மைத் தேர்ந்தெடுப்பார்.

இறைவன் அளித்திருக்கும் இந்த மானிடப்பிறப்பை நாம் தன்னை அறியும் அறிவை அறிவதற்கு பயன் படுத்த வேண்டும் என்பது இந்நூலில் தெளிவாக எடுத்து உரைக்கப்பட்டுள்ளது.

அம்மையே அப்பா ஒப்பிலா மணியே
என் அன்பில் விளைந்த ஆரமுதே
பொய்மையேப்பேசி புழுத்தலைச்சுரக்கும்
புலையனேன் தனக்கும் செம்மையே
ஆய சிவபதம் அளித்தசெல்வமே
சிவபெருமானேயான் உனைத் தொடர்ந்து சிக்கெனப்பிடித்தேன்
எங்கு எழுந்தருள்வது இனியே

என்று திருவாசகத்தில் சிவபதம் ஆகிய வாசியை தொடந்து பிடித்தேன் என மாணிக்கவாசகர் கூறுகிறார். உண்மையை அறிந்து கொள்ள நாம் எங்கெங்கோ அலைகின்றோம். எண்ணற்ற கோவில்களுக்கும் மலைகளுக்கும் செல்கின்றோம். ஒவ்வொரு கோவில்களில் உள்ள மூலஸ்தானத்தில் வீற்றிருக்கும் இறைவனைக் காணும் போது நமக்கு உண்மை புலப்படுவது இல்லை. உண்மையே என்னவென்று தெரியாமல் நாம் கண்களை மூடி தியானம் செய்கின்றோம். இதன் உண்மைகள் யாவையும் இந்நூலில் மிகவும் தெள்ளத் தெளிவாக விளக்கி நாம் நோயில்லா வாழ்வைப்பெற வழிகாட்டுகிறார் என்குரு. இறைவனின் அருளும் பிறவிப் பயனும் இருந்தால் இறைவன் நம் கண்களைத் திறந்து உண்மையை உணரச் செய்வான். நீங்கள் உண்மையாக இருந்தால் ஒரு குருவின் மூலமாகவோ அல்லது இறைவனே இந்நூல் மூலமாக உணர்த்தக் கூடும்.

நம் பாரத நாட்டில் எண்ணற்ற யோக நெறிகள் இருக்கின்றன. ஒரு மனிதனின் ஆயுளை நிர்ணயம் செய்வது அவன் சுவாசத்தில் தான் இருக்கின்றது. இந்த சுவாசத்தை கவனித்து முக்கியத்துவம் கொடுத்து ஆயுளை பெருக்கக் கூடிய தந்திரத்தை சித்தர்கள் வெளிப்படையாக கோவில்களிலும் தங்கள் நூல்களிலும் விளக்கிச் சொல்லி செதுக்கியிருக்கிறார்கள். இந்த தந்திரம் தான் வாசியோகம் என்ற உன்னதமான யோகக்கலை. வாசியோகம் என்பது இறவாநிலை அடைவதற்காக சித்தர்கள் அறிந்து உணர்ந்து அருளிய சாகாக்கல்வியாகும். ஆனால் வாசியோகம் எப்படி செய்வது என்று மக்கள் அறிவதற்கான வாய்ப்பு இக்காலத்தில் மிகமிக அரிதே. இறைவன் இந்த வாய்ப்பினை நம் அனைவர்க்கும் இந்த நூலின் வாயிலாக நமக்கு அறிவித்து இருக்கின்றார். இந்த நூலைப் படிக்கும் போது வாசி என்றால் என்ன? அதன் நுணுக்கங்கள் என்ன? என்பது நமக்கு புலப்படும். **“விதி இருந்தால் கிட்டுமடா”** என்ற அகத்தியர் வாக்குக்கு இணங்க வாசியோகம் அறிவதற்கோ, செய்வதற்கோ நமக்கு சித்தர்களின் ஆசியும் அருளும் பரிபூணமாக கிடைக்க வேண்டும். வாசியின் பயன்களோ எண்ணற்றவை. இது சொல்லி புரிவது இல்லை. ஒவ்வொருவரின் அரும் பாடுக்கு ஏற்ப அதன் பலனை உணர முடியும். அவ்வாறெல்லாம் அம்பதாண்டு காலம் பாடுபட்டு அடைந்த வாசியோகத்தை எங்களுக்காக நூலாக்கியும் வடித்துக் கொடுத்த உண்மைகளை அவர் இந்நூலில் **“தன் அனுபவ உண்மை”** என்ற தலைப்பில் கூறியுள்ளதைப் படித்து நெஞ்சம் நெகிழ்ந்தேன். நீங்களும் இந்நூலில் உள்ள அனைத்து தலைப்புகளையும் ஊன்றிப் படித்து எங்கள் குருவின் உள்ளன்பை அறிந்து ஒரு நல்ல குருவிடம் வாசியோகம் பெற்று உன்னதமான நிலையை அடைய அன்புடன் வேண்டுகின்றேன்.

திருச்சிற்றம்பலம்

S.N. **இராகவேந்திரா**

கருத்துரை

இல்யோக ஞானசித்தர்
செங்கை தெ. சிவகுமார் M.A. செல்: 9789252876.
தலைவர்: ஸ்ரீமனோன்மணி ஞான சித்தர் பீடம்



ஆதிமுதற் பூரணமாய் குருவே போற்றி
அப்பாலுக் கப்பாலோ மடியே போற்றி
சோதியெனும் சுடரொளியே சூட்சாசூட்சம்
சூட்டுகின்ற பேரொளியே சுடரே போற்றி
சாதியெனும் நாதாக்கள் குருவின் பாதம்
சகலபுவனங்களெலா மடிதாள் போற்றி
வாதியெனும் சற்குண நிதியே போற்றி
வாகான அண்டத்தின் பொருளே போற்றி போற்றி!

எங்கள் அன்பிற்குரிய ஆசான் பாட்டுச்சித்தர் ஓம்சக்தி நாராயணசாமி அவர்கள் எழுதிய "சித்தர்கள் வழிகாட்டும் வாசியோகம்" எனும் இந்நூல் யோக, ஞான சாதகர்களுக்கு வரப்பிரசாதமாக அமைந்துள்ளது. இதுவரையில் ஆன்மிக உலகில் இதுபோன்ற உண்மையை உரைக்கும் நூல் வேறில்லை என்பதை இதைப்படிப்பவர்கள் தானே உணர்ந்து கொள்வார்கள். யோகிதான் ஞானியாகவும், சித்தனாகவும், முனியாகவும், ரிஷியாகவும் ஆகின்றான் என்பார் ஸ்ரீகாகபுசுண்டர். இம்மாய உலகில் எத்தனையெத்தனை யோக சாதனைகளை கற்றுத்தர பல குருமார்கள் வந்தாலும் சித்தர்களின் வாசியோகம் ஒன்றே இறைவனை அடையும் உண்மையான வழி என்பதை உள்ளங்கை கனிபோல் உணரும் வண்ணம் தெளிவு படுத்தி எல்லோருக்கும் புரியும் வகையில் எளிமையாக உரைநடை செய்துள்ளார். இந்த புத்தகத்தை திரும்ப திரும்ப படிக்கும் போது நம் அறிவும், மனமும், உயிரும் தானே உருகுவதை உணர முடியும். இந்நூலில் உடம்பு என்றால் என்ன என்பதையும் அதில் உள்ள தொண்ணூற்றாறு தத்துவங்களின் உண்மைகளையும் அவரவர் அறியும் வண்ணம் ஆக்கியுள்ளார். இது கல்விச்சாலைகளில் பாடமாக வைக்கப் பட வேண்டும். மேலும் உயிர், உள்ளம், வாசி என்பதை எல்லாம் எளிதில் படித்தறிந்து கொள்ளவும், வாசிப்பயிற்சி செய்யும் வழிமுறைகளையும் அதனால் அடையும் நன்மைகளையும் வெளிப்படையாகப் படைத்துள்ளார். எவரும் சொல்லித் தராத வாசியோகத்தின் எந்திர, மந்திர, தந்திர இரகசியத்தை யோகிகள் பயில்வதற்கு இலகுவாக எழுதியுள்ளார்.

வாசியோகம் என்பது சித்தர்களின் இரகசியமான சாகாக்கலை. இதனை இல்லறத்தில் இருப்பவர்கள் செய்யக்கூடாது. மீறினால் குண்டலியின் கோபத்திற்கு ஆளாகி நோய்வாய்ப்பட்டு இறக்க நேரிடும் என்றெல்லாம் சொல்லி பயமுறுத்தி விதியிருந்தால் கிட்டுமடா வாசியோகம் என்று கூறி இதனை அறியாமல் ஆக்கி விட்டனர். என் குரு பாட்டுச் சித்தரோ நான் உண்மையைத் தேடி அலைந்த காலத்தில் என்னை ஆட்கொண்டு என்னை அறிவித்து எனக்கருள் செய்து, விதியாக இருப்பதே வாசிதானப்பா. அதனை அடையவேண்டும் என்ற இலட்சியம் இருந்தால் அது எவருக்கும் கிடைக்குமப்பா. தொடர்ந்த முயற்சியுடன் கூடிய பயிற்சியை கைவிடாது செய்தால் நீயும் வாசியோகத்தைப் பெற்று மேன்மையடையலாம் எனக்கூறி தீட்சை தந்தார். அதனால் பல அனுபவ உண்மைகளையும், நான் வணங்கும் வாலை காமாட்சியின் காட்சியையும் கண்டு இன்புற்றேன். என்னைப்போல் அவரிடம் தீட்சை பெற்ற அன்பர்களின் அனுபவத்தையும் வாசியினால் தெளிந்த நீரோடைபோல் அவர்கள் இருப்பதையும் அறிந்து இதுவே மெய்வாசி என்பதை உணர்ந்து பயில்கின்றேன். என் அனுபவ உண்மைகளை பாட்டுச்சித்தரிடம் பகிர்ந்து கொள்ளும் போது சில வினாக்களை முன் வைத்தேன். அதற்கு அவரும் விரிவான விடைகளைக் கூறி தெளிய வைத்தார். நான் கேட்ட சந்தேகங்கள் மற்றொருவருக்கு எழக் கூடாது என்பதற்காகவே "சித்தர்கள் வழிகாட்டும் வாசியோகம்" எனும் இந்நூலை எங்கள் மார்க்கத்தில் இருப்பவர்களுக்காகவே எழுதினார். அது இன்று ஆன்மிக உலகமே பயன்பெறும் வகையில் உருவாகி வெளிவந்துள்ளது. இந்நூல் விட்டகுறை தொட்டகுறையுடைய பூர்வ புண்ணியப்பிறவிகளுக்கு தானாகவே சென்றடையும் என்பது திண்ணம்.

நெருப்பிற்கு முன்னால் பஞ்சுப் பொதியை வைத்தால் அது எங்ஙனம் சட்டெனப் பற்றிக் கொள்ளுமோ அதுபோல இந்நூல் ஆன்மிகத் தேடுதல் உள்ளவர்கள் கண்ணில்பட்டு அன்பர்கள் கையில் தவழுமானால் அவர்கள் மிக விரைவில் எளிதில் இறைவனின் அன்பையும் அருளையும் நிச்சயமாகப் பெறுவார்கள். இந்நூலை வாசிக்கும் பொழுது இயல்பாகவே வாசி ஓடி அறியாமை நீங்கப் பெற்று மனம் தெளிவடையும். காம, குரோத, லோப, மோக, மத, மாச்சரிய, இடம்ப, அகங்காரம் என்ற தீயகுணங்கள் யாவும்

நீங்கி இறை சிந்தையிலேயே ஆழ்ந்திருக்கச் செய்யும். வாசியை முறையாகப் பயில்பவர்களே சித்தர்கள் ஆவர். அதனை எளிதில் எவருக்கும் காட்டிக் கொடுக்கமாட்டார்கள் இக்கலையை கற்றவர்கள். ஏனெனில் இதை வெளிப்படுத்துபவர்கள் தனக்குள் ஓடாது நின்று போவதை அனுபவத்தால் அறிந்திருப்பார்கள். ஆனால் எங்கள் சித்தர் பீடத்தில் இது சமரச சன்மார்க்க மெய்நெறியில் நின்று பாவிகளை யோகியாக்கி புண்ணியப்பிறவியாக மாற்றும் பணியாக நடந்து வருகிறது. இதற்கு எதையும் கட்டாயமாக திணித்து கட்டணம் வசூலிப்பதில்லை. இங்கே யாரையும் அடிமைப்படுத்தி முட்டாளாக்கும் செயல் இல்லை. அறிவை அறிய வைத்து பாடுபட்டு உழைத்து இறைவனை அடைவது ஒன்றே சித்தர் கொள்கை என அதையே பற்றி பின்பற்றுவதே ஸ்ரீமனோன்மணி சித்தர் பீட ஆஸ்ரமத்தின் நடவடிக்கை. பிறவித் தொடர்புடைய எவரும் இங்கு உண்மையை உணர்ந்து வாசியினால் பாடுபட்டு மேன்மை பெறலாம்.

பாட்டுச் சித்தர் எழுதிய "சித்தர்கள் வழிகாட்டும் வாசியோகம்" எனும் இந்நூல் சித்தர்கள் தயவால் விலைமதிக்க முடியாத மாணிக்கமாக வெளிவந்துள்ளது. ஆன்மிக நாட்டங் கொண்ட அனைவரும் இந்நூலை நன்கு கற்று தெளிவடைந்து இறைவன் நமக்குள் இருக்கும் இடமறிந்து தத்துவ உணர்வு பெற்று சத்திய வழியில் வாழ்ந்து இருக்கும் போதே இறக்கும் கலையான வாசியோகப்பயிற்சியினால் நோயில்லாத தேகத்தைப் பெற வேண்டும் என்று எல்லாம் வல்ல காஞ்சி காமாட்சியை வேண்டுகின்றேன்.

ஈசனென கருதி யெல்லா வுயிர்களையும்
நேசத்தால் நீ நினைந்து கொள்.

அன்புடன்
தெ. சிவக்குமார். செங்கல்பட்டு

அணிந்துரை



திரு.க.ஜீவகுமாரன் M.B.A.,
பாரதிதாசன் மேலாண்மை நிறுவனம்
திருச்சி - 14
செல்:9080804051

குரு வணக்கம்

அன்பே உருவான எனது ஆன்மகுரு பாட்டுச்சித்தர் ஓம்சக்தி நாராயணசாமியின் திருவடிகளை வணங்கி அவர்தம் ஆசிர்வாதத்தாலும், இறைவனின் ஆசியுடனும் அணிந்துரையை எழுதுகிறேன் வாசியோகம் என்று உங்கள் கரங்களில் தவழும் இந்த நூலினை எனது ஆன்மகுரு பாட்டுச்சித்தர் அவர்கள் எழுதும்போது அடியேன் ஒன்றை கவனித்தது உண்டு. அவர் எழுதக்கூடிய வாக்கியங்களும், அதில் சொல்லும் செய்திகளும் இந்த உலக நன்மைக்காக இருக்க வேண்டும் என்று சிரத்தையுடன் எழுதுவார். இறைவனின் அருளால் தான் பெற்ற மெய் அறிவினை தான் மட்டுமே அறிய வேண்டும் என்று எண்ணாமல் பிற ஆத்மாக்களும் அறிந்துகொள்ள வேண்டும் என்று என்னும் எனது ஆன்மகுருவின் மனம் இறைவனின் உறைவிடமே!

உலக மாற்றம்

**"பொறிவாயில் ஐந்தவித்தான் பொய்தீர் ஒழுக்க
நெறி நின்றார் நீடு வாழ்வார்"**

- திருவள்ளுவர்

மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி எனும் ஐம்பொறிகளையும், நெறியுடனும், ஒழுக்கமுடனும் பின்பற்றுபவரின் வாழ்வு நிலையானதாக இருக்கும் என்று திருவள்ளுவர் உரைக்கின்றார். ஆனால் மனிதப்பிறப்பின் மகத்துவத்தை அறியாமல் மாயை எனும் போலித் தழுவலிலே சிக்கி ஐம்பொறிகளையும் மாயைப் பிடியினிலே அடகு வைக்கின்றனர். ஐந்தறிவு படைத்த விலங்குகள் தத்தம் இனத்திலுள்ள மற்ற விலங்குகளை கண்டு அஞ்சுவதில்லை. உதாரணத்திற்கு, ஒரு ஆடு மற்ற ஆட்டைப் பார்த்தோ, ஒரு மாடு

மற்ற மாட்டைக் கண்டோ அஞ்சுவதில்லை. ஆனால் ஆறறிவு படைத்த மனிதன் மற்ற மனிதனை பொருளுக்காகவும், பகட்டு வாழ்கைக்காகவும் ஏமாற்றி வாழ்கின்றனர். ஆதலால் ஒரு மனிதன் மற்றவனைக் கண்டு அஞ்சும் நிலைதான் இந்த கலியுகத்தின் மக்கட்செல்வத்தின் நிலை.

அறிவியல் வளர்ச்சி என்ற பெயரில் மனித குலத்தை அழிக்கும் பேரழிவிற்கான ஆயுதங்களை தயார் செய்கின்றனர். நாடுகளுக்கிடையே ஒற்றுமையின்மை, போர், போட்டி என்று இந்த உலகம் எங்கு செல்கின்றது? **"யாதும் ஊரே யாவரும் கேளீர்"** என்று அய்யன் கனியன் பூங்குன்றனார் கண்ட கனவு கனவாகவே ஆகிவிட்டதோ?

<u>வாசியோகம்</u>

கடலின் ஆழத்தினையும், மலையின் உயரத்தினையும், விலங்குகளின் சுபாவத்தையும், வானத்தில் உள்ள கோள்களையும், நட்சத்திரங்களையும், ஆராய முற்படுகின்றனர். இதற்காக பலர் தங்கள் வாழ்நாளை ஆராய்ச்சி என்ற பெயரில் அர்ப்பணிக்கின்றனர். ஆனால் மனிதன் தன்னைப் பற்றியும் தனக்குள் வீற்றிருக்கும் கடவுளைப் பற்றியும் அறிய முற்படவேண்டும். சித்தர்கள் அருளிய பாடல்களில் உள்ள யோக, ஞான ரகசியங்களை அறிந்து இறைவனின் திருவடிகளை சரணடைய அரும்பாடுபடவேண்டும்.

"பிறவிப் பெருங்கடல் நீந்துவர் நீந்தார்
இறைவன் அடிசேரா தார்"

- திருவள்ளுவர்

இறைவனடி சேர்ந்தாரே பிறவியாகிய பெரிய கடலை நீந்திக் கடப்பர் இறைவனின் திருவடிகளை நினைக்காதவர் பிறவியாகிய கடலை நீந்தி கடக்க முடியாமல் அதனுள் ஆழ்வர் இவ்வாறு இறைவன் திருவடிகளை நினைத்தவருக்கு இறைவனின் அருளால் சித்தர்கள் மூலம் தரப்பட்டதே இந்த வாசியோகம் வாசியோகம்

இறைவன் ஆசியாலும், குருவின் அருளாலும் மட்டுமே கிட்டும். சுவாசங்களில் உட்சுவாசம், வெளிசுவாசம் என்று இரண்டு சுவாசங்கள் உள்ளன. வெளிசுவாசம் என்பது நாம் சுவாசிக்கும் மூச்சுக்காற்று. வாசியோகம் என்பது இந்த உட்சுவாசத்தை சுவாசிக்கும் யோக முறையே ஆகும். இதன் ஆற்றல் சொல்லித்

தெரிவது இல்லை.

"உருத்தரித்த நாடியில் ஒடுங்குகின்ற வாயுவைக்
கருத்தினால் இருத்தியே கபாலம் ஏற்ற வல்லிரேல்
விருத்தரும் பாலராவர் மேனியும் சிவந்திடும்
அருள் தரித்த நாதர் பாதம் அம்மை பாதம் உண்மையே"

என்று சித்தர் சிவவாக்கியரின் பாடலில் வாசியின் மகத்துவத்தை உணர்த்தி இருக்கின்றார். இறைவன் அருளிய இந்த மானிடப்பிறப்பின் மூலமே இறைவனை அடைய முடியும். ஆகவே இந்தப் பிறப்பிலே அனைத்துயிர்களிடத்தும் அன்பு செலுத்தி இறைவன் அருளை பெற்று மாயைப் பிடிதனிலே அடகு வைத்த ஐம்பொறிகளையும் மீட்டு இறைவனடி சேர வேண்டுகிறேன்.

இந்நூலில் இடம் பெற்றுள்ள அனைத்து தலைப்புகளில் உள்ள கருத்துக்கள் யாவையும் ஆழ்ந்து படியுங்கள். நமக்கே தெரியாமல் நம்முள் இயங்கும் அனைத்து தத்துவ நுட்பங்களையும் இந்நூலில் எளிமையாகவும், இனிமையாகவும் என் ஆன்மகுரு விளக்கமாக எடுத்துச் சொல்லியுள்ளார். மேலும் இந்நூலின் இறுதியில் எங்களை அனுமனாகவும் தன்னை ஜாம்பவான் எனும் முதியவராகவும் சித்தரித்து அவர் விளக்கியுள்ள வாசியோகத்தை நீங்களும் வாசித்து பிறவிப்பயனையும், பலனையும் பெற்றுய்யுமாறு எல்லாம் வல்ல திருவருளை வேண்டி நிறைவு செய்கின்றேன்.

என்றும் இறைவனடி விரும்பும்
அடியேன்.

க. ஜீவகுமாரன்

சித்தர்கள் வழிகாட்டும் வாசியோகம்

தென்னாடுடைய சிவனே போற்றி!
எந்நாட்டவர்க்கும் இறைவா போற்றி!

மெய்யன்பு வாசகர்களே! உண்மை யோக ஞான சாதகர்களே!

எனதன்பு சீடர் திரு. செங்கை தெ. சிவகுமார் அவர்கள் அடியவனிடம் விடுத்த வேண்டுகோளுக்கிணங்கி இறைத்திருவருளாலும் சித்தர்களின் கருணையினாலும் உருவாகி வெளிவருவதே இந்நூல். அவர் என்னிடம் கேட்ட கேள்விகளின் விளைவாக அனைத்து மெய்யன்பர்களும் சித்தர்களின் இரகசிய உண்மைகளை அறிந்து கொள்ளும் வகையில் குருவருளால் இக்காலகட்டத்தில் இந்நூல் தங்கள் கைகளில் தவழ்கிறது. இதுவரையில் இரகசியமாக இருந்து வந்த சித்தர்கள் கலையாகிய வாசியோகம் உண்மையைத் தேடும் அன்பு நெஞ்சங்களுக்கு ஆறுதலைத் தரும் அனைத்து உண்மைகளையும் காட்டும். உத்தம யோக ஞான சாதகர்களுக்கு உறுதுணையாய் வந்து சாகாக்கல்வியை கற்றுத்தரும். தன்னை அறியும் அறிவைத்தந்து தெளிவுதனை தெரிவித்து வைக்கும். போலி குருக்களின் முகத்திரையை கிழிக்கும். வருங்காலங்களிலும் பூர்வ புண்ணிய மனிதப்பிறவிகளுக்கு இந்நூல் வழிகாட்டும்.

இன்றைய உலகில் ஆன்மிகமும் வியாபாரம் ஆகிப்போனதால் தனக்குள் இருக்கும் மெய்ப்பொருளை அறியாது ஆன்மிக உள்ளங்கள் தவித்து வருகின்றது. உண்மைகளை உணர்ந்து கொண்டால் அவரவரும் சிந்திப்பார்கள் அல்லவா. அறியாமையிலேயே இருக்க வைத்து அல்லல் படுத்தும் ஆஸ்ரமக் கூடாரங்களில் அடைந்திருக்கமாட்டார்கள் என்ற நம்பிக்கையில் தான் இந்நூலை இயற்றியுள்ளோம். எவரிடமும் ஏமாந்துபோகாத பயன் இந்நூலால் கிடைக்கும். குருவேடம் பூண்டு ஏமாற்றுபவர்களுக்கு கூட அவர்கள் அறியாத பல விசயங்களையும் சொல்லித்தரும். படித்து தெளிவடைந்து பயன்பெறுங்கள். இறைவன் ஒருவனையே நம்பி அவனையே மெய்குருவாக அறிந்துகொண்டு பாடுபட்டுவாழ்ந்திருங்கள். உண்மையான தேடுதல் கொண்ட யோக ஞான சாதகர்களுக்கு இந்நூல் அருமருந்தாக அமையும் படியுங்கள்.

சித்தர்கள் நிலை



சிவனே யாவர்க்கும் தலையாய முதல் சித்தன். அவன் அருளைப் பெற்று சிவத்தைச் சேர்ந்து இறவாநிலை அடைந்து இன்றும் இருப்பவர்களே சித்தர்கள். இப்பேறு பெறுவதற்கு அவர்கள் சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் என்று பதினெட்டு படி நிலைகளையும் அரும்பாடுபட்டு கடந்து அஷ்டமாசித்திகளையும் அடைந்து ஈசனுடன் சேர்ந்து இறவாநிலை பெற்றார்கள். தான் பெற்ற இந்நிலையை மனிதப்பிறவிகள் யாவரும் பெறவேண்டும் என்றே வாசியே மெய்யென்று உணர்த்தி அனைத்து பாடல்களிலும் எழுதி வைத்துள்ளார்கள். இவர்கள் யாவரையும் பொதுவாக பதினெண் சித்தர்கள் என்றே சொல்லி வருகின்றோம்.

மனிதப்பிறவிகளின் முக்திக்கும் சித்திக்கும் உண்மையான வழி இதுவென காட்டுபவர்களே சித்தர்கள். மனிதநேயத்தை வளர்த்து உலக முழுமைக்கும் ஒன்றேகுலம் ஒருவனே தேவன் என்று உணர்த்தியவர்கள் சித்தர்கள். இயற்கையோடு இயைந்து வாழ்ந்து இல்லறமே நல்லறம் என்றே போதித்து வாழ்ந்து காட்டி நிலை அடைந்தவர்கள் சித்தர்கள். இப்பொழுதும் சித்தர்களே இறைவனின் பிரதிநிதிகளாய் இருந்து இம்மண்ணுலகிற்கும் மனித குலத்திற்கும் வளத்தையும் ஒளியையும் ஒலியையும் வழங்கியவாறே இருந்து வருகிறார்கள். இவர்களை பதினெட்டு என்ற எண்களில் அடக்கி கணக்கு காட்டுகின்றார்கள். உண்மையில் மிகக்கடுமையான தவஉழைப்பால் பதினெட்டு நிலைகளையும் கடந்து, பதி, பசு, பாசம் என்பதில் பாசத்தை விட்டு பசுவைத்தொட்டு பதியை எட்டிப்பிடித்தவர்களே சித்தர்கள் என்போர். ஆதலால் தான் பதினெண்சித்தர்கள் என அழைக்கப்பட்டனர். அகத்தியர் முதல்

வள்ளலார் வரை அனைவரும் அறிந்த சித்தர்களே முப்பது பேருக்கும் அதிகமாகவே இருப்பதையும் அவர்கள் இயற்றிய செம்மொழித் தமிழ்பாடல்களையும் அவை என்றும் அழியாமல் இருப்பதையும் அறிந்து தெளியுங்கள்.

அவர்கள் பல்லாண்டுகாலம் மெய்பக்தியோடு மெய்த்தொண்டும் செய்து யோக ஞானத்தில் மெய்ப்பாடுபட்டு தவமியற்றி அறிந்த இரகசியங்கள் யாவையும், மற்றும் உடல், உயிர், மனம், ஆன்மா ஆகியவைகளின் உண்மைகளையும் உரைத்து தங்கள் பாடல்களினால் உபதேசித்தவர்கள் சித்தர்கள். தாங்கள் இந்நிலை அடைவதற்கு பட்ட துன்பங்கள் ஏதும் பொருட்படுத்தாது அதனால் தாங்கள் பெற்ற நிலையான இன்பத்தை இவ்வுலகில் வந்த மனிதர்கள் யாவறும் பெறவேண்டும் என எண்ணியவர்களே சித்தர்கள். முற்காலத்தில் சித்தர்களை பித்தர்கள் என்றும் நாத்திகர் என்றும் ஏளனமாக எண்ணியவர்கள் கூட இப்பொழுது சித்தர்களின் தவமகிமையை தானாக உணர்ந்து கொண்டு பிறவிப்பயன் பெற சித்தர்களை நாடி வருகிறார்கள். இரக்கசுபாவமும் கருணை உள்ளமும் நிறைந்த சித்தர்களும் நம்பியோரைக் காத்து அருளை வழங்கி வருகிறார்கள் என்பது அவரவர் அனுபவ உண்மை. ஒரு காலத்தில் சித்தர்களையும் சித்தர் நெறிகளையும் கேவலமாக விமர்சித்த வேதாந்திகளும் தற்கால சூழலில் உண்மையை உணர்ந்து சித்தர்கள் தவநெறியைப் போற்றி வணங்குகிறார்கள்.

சித்தர்கள் தங்களது சீரிய சிந்தனைகளையும் அவர்களது சித்தத்தில் தோன்றிய நற்கருத்துக்களையும் சொன்னதோடு யோகஞான சாதனைகளையும் சாகாக்கல்வி என்று தங்களது பல்லாயிரக்கணக்கான பாடல்களிலும் சொல்லி வைத்துள்ளார்கள். அவர்கள் இகத்துக்கும் பரத்துக்கும் நல்வாழ்வுக்கும் வகுத்துக் கொடுத்துள்ள வழிகளையும் நெறிகளையும் கடைப்பிடித்து இப்பிறவியின் பயனை அடையுங்கள். சித்தர்கள் ஆதி முதல் அந்தம் வரை அனைத்தையும் உரைத்தே தங்கள் பாடல்களில் எழுதி வைத்துள்ளார்கள். அவர்கள் சொல்லாத விசயங்கள் ஏதுமில்லை. மனிதன் வாழும் முறைமையையும் சேரும் மெய்ப்பொருளையும் ஞானம் அடையும் வழிகள் யாவையும் விளக்கமாகவே விவரித்து பரிபாசை கலந்து சொல்லியுள்ளார்கள். மெய்ப்பொருளை உணர்ந்து சித்தர்கள் பரிபாஷையை அறிந்து அந்நூல்களைக் கற்றால் யாவுமே

தேன்போல தித்திக்கும். இரகசியங்கள் வெளிப்படும். சத்தியமே தலைப்படும்.

யான் பெற்ற இன்பம் பெருக இவ்வையகம்
வான் பற்றி நின்ற மறைபொருள் சொல்லிடின்
ஊன் பற்றி நின்ற உணர்வுறு மந்திரம்
தான் பற்றப் பற்ற தலைப்படும் தானே

- திருமந்திரம்

தன்னை அறிந்து தவம் புரிய எண்ணும் சாதகர்கள் திருமூலரின் இந்த ஒரு பாடலின் பொருளை உண்மையாக அறிந்து கொண்டாலே போதும். ஞானம் தானே விளங்கும். யான் இறைவனை சேர்ந்து அடைந்த பேரின்ப நிலையை இவ்வையகத்தில் உள்ள அனைவரும் பெறவேண்டும். அதற்கு ஐம்பூதங்களில் ஆகாயமாக தனக்குள் மறைபொருளாக உள்ள மனத்தையும் அது தன்னுள் அமைந்திருக்கும் இடத்தையும் எது என்பதை அறிந்து கொள். அந்த மனம் நம்உடம்பில் உணர்வுள்ள ஊமை எழுத்து மந்திரமாக அமைந்து நிற்கிறது. அந்த உண்மையை நீ உணர்ந்து கொண்டு அதையே பற்றி நின்று இறைவனை தியானம் செய்து வாசியோகம் புரிந்தால் அனைத்தையும் தானாகவே நீயும் அறிந்து இன்புறலாம் என்றார் திருமூலர்.

ஊன் பற்றி நின்ற மந்திரத்தை அறிந்து பற்றி நின்றால் வானாகிய மனமே வாசியாகி இறைவனுடன் சேர்த்து வைக்கும். ஆயகலைகள் அறுபத்து நான்கையும் அறிந்தவர்களே சித்தர்கள். அதற்கும் மேலான வாசி என்னும் சாகாக்கலையை கற்பித்தவர்களும் சித்தர்களே. அதனை அறியும் வழிகளை சாகாக்கால் வேகாத்தலை போகப்புனல் என்று உணர்த்தி உபதேசித்தார்கள். வேதபுராண உபநிஷத சாஸ்த்திரங்கள் யாவையும் முழுமையாக கற்றறிந்து அதன் உட்பொருள் உண்மைகளையும் தங்கள் அனுபவ அனுபூதி நிலைகளையும் நூல்களாக்கி வழங்கியுள்ளார்கள். சித்தர் நூல்களை நாம் தொடர்ந்து படித்து விசாரம் செய்து வந்தால் நம் அறிவு வளர்ச்சியுற்று பேரறிவாக உருவாகும். அறிவு விளக்கமுற்று தன்னை அறிந்து கொண்டவர்கள் போலி குருக்களின் வாய்ஞானத்தில் சிக்கி சீரழிய மாட்டார்கள். இறைவனைத்தவிர வேறு எவருக்கும் அடிமை ஆகாமல் சுயமாகவும் சுதந்திரமாகவும் மெய்ப்பாடுபடவே தலைப்படுவார்கள். பொய்க்குருவை விட்டகன்று மெய்குருவை தனக்குள்ளேயே தேடி அடைவார்கள். மெய்நாட்டத்துடன்

மெய்பொருளை தேடி நிற்போருக்கு சித்தர்களே குருவாகத் தோன்றி அருள்புரிவார்கள். இதை அவரவர்களும் அனுபவத்தில் உணரலாம்.

மெய்யும் பொய்யும்

வேதன் செய்த சிருட்டிகள் போல் வேறு செய்குவோம்
வேதனையும் எங்கள் கீழே மேவச் செய்குவோம்
நாதனுடன் சமமாக நாங்களும் வாழ்வோம்
நாங்கள் செய்யும் செய்கை யிதென்றாடுபாம்பே

பாம்பாட்டி சித்தர் தம் பாடலில் சித்தர் வல்லபங்களை மிக விரிவாக விவரித்து பாடியுள்ளார். நாதனாகிய ஈசனுக்குச் சமமாக நாங்கள் வாழ்வோம் என்று சித்தர்கள் வாழ்வைக் கூறுகிறார். இவ்வளவு வல்லபங்கள் பெற்ற சித்தர்கள் யாவறும் இறைவன் ஒருவனையே வணங்கச் சொல்வார்களேயன்றிதங்களை வணங்கச் சொல்லி வலியுறுத்தியதில்லை. ஆனால் இன்று உலாவரும் குருமார்களோ பக்தர்களை ஏமாற்றி அடிமைப்படுத்தி தங்களுக்கே சிலைவைத்து வணங்க வலியுறுத்துகிறார்கள். இவ்வாறு பொய்வேடமிட்டு வரும் போலி குருக்களைப் பற்றி தங்கள் நூல்களில் எடுத்துரைக்காத சித்தர்களே இல்லை எனலாம்.

ஒருவன் என்றே தெய்வத்தை வணங்கவேணும்
உத்தமனாய் பூமிதனில் இருக்க வேண்டும்
பருவமதிற் சேறு பயிர் செய்ய வேணும்
பாழிலே மனத்தை விடான் பரமஞானி
திரிவார்கள் திருடரப்பா கோடாகோடி
தேசத்திற் கள்ளரப்பா கோடாகோடி
வருவார்களப்பனே அநேகங் கோடி
வார்த்தையினால் பசப்புவார் திருடர்தானே

என்று அகத்தியர் பாடியுள்ளார். இவ்வுலகில் நடந்தது நடப்பது நடக்கப்போவது என அனைத்தையும் ஒழிவின்றி தம் பாடல்களில் சொல்லி வைத்துள்ளார்கள் சித்தர்கள். அவர்கள் சொன்னது போல் தான் இவ்வுலகில் அனைத்தும் நடந்து வருகிறது என்பதை உணருங்கள். குரு இருப்பது உள்ளத்திலே என்றும் சற்குரு பாதத்தை நம்பு என்றும் சித்தர்கள் சொல்வது தனக்குள் இருக்கும் மெய்குருவை தான் என்று அறியுங்கள். சற்குருவை

உங்களுக்குள்ளேயன்றி வேறு எங்கு தேடினும் கிடைக்கமாட்டார். ஆதலால் தனக்குள் இருப்பவரே மெய்குரு என்பதை உணர்ந்து கொண்டு தெளியுங்கள். தங்களுக்குத் தாங்களே வினோதமான பெயர்களை வைத்துக்கொண்டு பொய்வேடம் புனைந்து கொண்டு உலக முழுவதும் விளம்பரப்படுத்தி வலம்வரும் நீசர்களை நம்பி ஏமாறாதீர்கள். உங்கள் ஜீவன் முத்தியடைய தீட்சை தந்து பொய் உபதேசம் கொடுத்து பணம் பறிக்கும் இவர்களைப் பற்றி சிவவாக்கியர்,

முத்திசேறச் சித்தியிங்கு முன்னளிப்பேன் பாரெனச்
சத்தியங்கள் சொல்லி இங்கு சாமி வேடம் பூண்டவர்
நித்தியம் வயறு வளர்க்க நீதிஞானம் பேசியே
பக்தியாய்ப் பணம் பறித்து பாழ்நரகில் வீழ்வரே! என்பார்.

இப்படி பொய்குருவாக வந்து உழைக்காது ஊரை ஏமாற்றி உட்கார்ந்து தின்னும் சோம்பேறிகளே! உங்களுக்கு பாழ்நரகம் தான் கிடைக்கும் என எச்சரிக்கிறார் சிவவாக்கியர். ஏமாறுபவர்கள் இருக்கும்வரை ஏமாற்றுபவர்களும் வந்து கொண்டுதானிருப்பர். ஆதலால் உண்மையை உணர்ந்து கொண்டு நீ ஏமாறாமல் இருக்கும் அறிவை அறிந்து கொள். உனக்குள் இருக்கும் அறிவை அறியாமல் உன்னை அடுத்தவரிடம் அடகு வைத்து அடிமையாகாதே என்றே சித்தர்கள் யாவறும் அறிவுறுத்துவர்.

அன்றாடம் சிவபூஜையும் இறைசேவையும் செவ்வனே செய்து வாழ்ந்து வந்த நல்ல அன்பர் ஒருவர் இப்போலிகளின் விளம்பரக்கவர்ச்சியில் வீழ்ந்து அக்குருநாதரிடம் ஜீவன்முக்தி அடைவதற்காக பணம்கட்டி தீட்சை பெற்றார். அதுமுதல் அவர் கோயிலுக்கு வந்து இறைவனைத் தொழுவதை கூடவிட்டு விட்டார். இதுபோல் உள்ள போலிகளின் விளம்பரங்கள் இந்துக்கோயிலில் தான் இடம் பெறும். சர்ச், மசூதி போன்ற இடங்களில் இதுபோன்ற விளம்பரங்களை இவர்களால் செய்யவும் முடியாது. அவைகள் அதற்கு இடமும் தராது. அதுபோல் உண்மையான நாத்திகரிடமும் இவர்கள் ஜம்பம் செல்லாது. ஆதலால் இவர்கள் பெரும்பாலும் கோயில்களில் தான் வலைவிரிப்பர். ஏனெனில் பக்தர்கள் தான் இவர்கள் வலையில் அகப்படும் மீன்கள். வெளியில் தேடிக் கொண்டிருந்த இவர்களிடம் உபதேசம் என்ற பெயரில் வார்த்தை ஜாலங்களால் தெய்வம் உனக்குள்ளே தான் இருக்கிறது. அதை

குருதான் காண்பிக்க முடியும். குருவே கடவுள், குருசேவையே இறைசேவை என்றெல்லாம் பேசி கோயிலுக்கு போவது வீணே! குரு இருக்கும் இடமே கோயில், குரு சாபம் பொல்லாது என்று தத்துவங்கள் கூறி மூளைசலவை செய்வர். இதுதான் தீட்சை.

இவ்வசிய வலையில் உண்மையான பக்தர்களே அதிகமாக அகப்பட்டு அடிமையாகின்றனர். இதனால் பக்தியும் தொண்டும் கூட இவர்களை விட்டு விலகி யோகஞான உண்மைகளையும் உணராது பொய்கலைகளை கற்று குரு சேவை ஒன்றையே செய்து கொண்டு உழன்று வருகின்றனர். அதன்பிறகு குரு நாமமே இவர்களுக்கு மந்திர செபம். குருவின் புகழ்பாடுதலே பஜனை. குரு கற்றுத்தருவதே பிரம்ம வித்தை என அடிமைப்பட்டே வாழ்ந்து வருகின்றனர். அவ்வாறு அகப்பட்டு அடிமையானவரே அந்த அன்பர்.

அவ்வமயம் நான் கோயிலுக்கு செல்லும் வழியில் எதேச்சையாக அவரை சந்தித்தேன். எங்கே உங்களை கோயிலில் காண முடியவில்லையே, என்ன செய்து கொண்டிருக்கிறீர்கள் எனக் கேட்டேன். அதற்கு அவ்வன்பர் தான் குரு உபதேசம் பெற்று தியானம், யோகம் பயிற்சி செய்கிறேன். ஆன்மிகத்தில் நான் உயர்ந்து வருகிறேன் என்றார். நான் நல்லது அன்பரே! அதற்காக கோயிலுக்கு வருவதை ஏன் மறந்தீர் என்றேன். அவரோ கோவிலுக்கு செல்வதெல்லாம் வீணே என்பதையும் குருவே கடவுள் என்பதையும் உபதேசம் மூலம் உணர்ந்து கொண்டேன். நீங்களும் யோகமும், தியானமும் கற்றுக்கொள்ள விரும்பினால் நானே குருவிடம் அழைத்துச் செல்கிறேன் வருகிறீர்களா என எனையும் வற்புறுத்தி அழைத்தார். நான் அவரிடம் உன் குரு உண்மையானவர் என்றால் சித்தர்கள் சில கேள்விகளைக் கேட்டு தெளிவு பெற்றபின் தீட்சை வாங்க சொல்லியுள்ளார்கள். அதனைக் கேட்கலாமா? என்றேன். அதற்கு அவர் என்குரு உலகமுழுவதும் அறிந்த உண்மை குரு. நான் அவரிடம் ஐந்து தீட்சை பெற்றுள்ளேன். நானே உங்கள் கேள்விகளுக்கு பதில் சொல்கிறேன் கேளுங்கள் என்றார்.

அடியேன் அவரிடம் சாகாக்கால் வேகாத்தலை போகாப்புனல் என்று சித்தர்கள் சொல்வது எது? மணிமந்திர மருந்து என்பது என்ன? பிரமம் என்பது யாது? மெய்ப்பொருள் என்பது என்ன? உயிரும் மனமும் உடலில் எங்கு உள்ளது? வாலை என்பது என்ன? வாசி என்றால் யாது? ஓரெழுத்து எது? ஊமையெழுத்து என்பது என்ன? ஓம்

என்பதின் உட்பொருள் எவை? எட்டிரண்டு என்பது என்ன? ஐந்தெழுத்தின் உண்மை என்ன? அறிவை அறிவது எவ்வாறு? என்று அடுக்கடுக்காய் சித்தர்கள் கேட்கச் சொல்லும் கேள்விகளைக் கேட்டேன். அவர் இவையாவிற்கும் விடை கூறமுடியாது விழித்தார். இவை அனைத்திற்கும் என் குருநாதர் பதிலளிப்பார். உடனே நீங்கள் ரூ2000/- எடுத்துக் கொண்டு என்னுடன் வாருங்கள். அவரிடம் பணம் கட்டி உபதேசம் பெற்றுக்கொண்டால் இவை அனைத்தையுமே அவரிடம் அறிந்து கொள்ளலாம். உடனே புறப்படுங்கள் என்றார். நான் அவரிடம் உன் குருநாதர் யாரெனக் கேட்டேன். உடனே அவர் தன் கழுத்தில் அணிந்திருந்த அவர் குருவின் படத்தைக் காட்டினார்.

நான் அக்குரு போலி என்பதை நன்கு அறிந்தவன் ஆதலால் பணம் கட்டி அடையும் தீட்சை எனக்குத் தேவையில்லை என்று கூறிவிட்டு அவரிடம் மகாசித்தரிஷி ஸ்ரீகாக புஜண்டர் பாடலை,

பாரப்பா சீடர்களை அழைப்பான் பாவி
பணம் பறிக்க உபதேசம் பகர்வோம் என்பான்
ஆரப்பா பிரம்மநிலை காட்டாமல் தான்
ஆகாசப் பொய்களையும் அவன்தான் சொல்வான்
நேரப்பா சீடனுக்குப் பாவமாச்சு
நிட்டை சொல்லும் குருவிற்கும் தோஷமாச்சு

என்று பாடிக்காட்டி இறைவனை விட்டுவிட்டு இவர்களை நம்புவதால் இந்தப் பிறவியின் பயனை நீ அடையவே முடியாது என்று எச்சரித்தேன்.

ஆனால் அவரோ என் மீது கோபங்கொண்டு என் குரு எவ்வளவு கற்று வைத்துள்ளார் என்று உங்களுக்குத் தெரியுமா? அவர் அவதார புருஷர். நித்ய பிரம்மச்சாரி. அவரை நீங்கள் பொறாமையினால் நிந்திக்கின்றீர்கள். உலகம் முழுதும் அவருக்கு சீடர்கள் உள்ளனர். பெரிய அறிஞர்கள் எல்லாம் அவரை நம்பியே இருக்கிறார்கள். பெருந்தொழிலதிபர்கள் எல்லாம் அவருக்கு பாதபூசை செய்து வணங்குகிறார்கள். அவரை உணராது துவேசமாகப் பேசினால் குருசாபத்திற்கு ஆளாவீர்கள் என்று ஆவேசமாகப் பேசினார். மேலும் என்குரு இவ்வுலகிற்கு நல்லதைத்தான் போதிக்கிறார்கள். நீதி ஞானத்தையே உபதேசித்து சொற்பொழிவு நிகழ்த்துகிறார். உலகம் முழுதும் அவர்புகழ் பெருகி வருவதை அறிந்து கொள்ளுங்கள் என்று

கூறி என்னையும் அவர் பாதைக்கே வருமாறு அழைத்தார். அவர் ஒரு நல்ல பக்தர் என்பதால் அவரை எவ்வாறாவது திருத்த எண்ணங்கொண்டு அவர் புத்தியில் படவேண்டும் என்று நானும் பேசினேன்.

அன்பரே குருவாக வருபவர்கள் எவரும் பல சித்தர் நூல்களையும் வேத உபநிடத சாஸ்த்திரங்களையும் நன்கு படித்து நெட்டுருப்பண்ணியே நீதி ஞானத்தையும் நல்லவைகளையும் பேசுகின்றார்கள். குருவேடம் பூண்டபின் நல்லதைத்தான் பேசக்கூடுமேயன்றி தீவிரவாதம், பயங்கரவாதம் போன்றவைகளையா போதிக்க முடியும். அவர்கள் நல்லதை போதிப்பதாக கூறுகிறீர்களே உங்களுக்காவது உள்ளதை சொல்லியுள்ளாரா என்பதை என் கேள்விக்கு பதில் சொல்லத் தெரியாததை சிந்தித்து தெளிவடையுங்கள். அவர்கள் அகத்தில் மூவாசைகளை வைத்துக்கொண்டு புறத்தில் நல்லதைப் பேசி பொய்யையே உபதேசிக்கிறார்கள். ஆன்மிகத்தை வியாபாரமாக்கி பலவகையிலும் விளம்பரங்கள் செய்து அப்பாவி பக்தர்களிடம் பணம் பறிக்கின்றவர் உண்மையானவர்கள் இல்லை என்பதை உணருங்கள். கற்றதனால் வரும் அறிவைக் கொண்டு மிகத்திறம்பட உலகை மயக்கி பல சீடர்களை அடிமைப்படுத்தி இறைவனாகத் தன்னை காட்டிக்கொண்டு உல்லாசமாக வாழ்க்கை நடத்துபவர்கள் எப்படி உண்மைக்குரு ஆவார்கள். ஆகவே நமது சித்தர்களும், ஞானிகளும், நாயன்மார்களும், ஆழ்வார்களும், அடியார்களும் வாழ்ந்த வாழ்க்கையை நன்கு படித்து அறியுங்கள்.

பேய்போல் திரிந்து பிணம்போல் கிடந்து இட்ட பிச்சை எல்லாம்
நாய்போல் அருந்தி நரிபோல் உழன்று நன் மங்கையரைத்
தாய்போல் கருதி தமர்போல் அனைவர்க்குந் தாழ்மை சொல்லி
சேய்போல் இருப்பர் கண்டீர் உண்மை ஞானம் தெளிந்தவரே!

என்று உண்மைகுரு எவ்வாறு இருப்பர் என்பதை பட்டிணத்தார் இவ்வாறு சொல்லியுள்ளாரே! இதில் ஏதேனும் அவரிடம் உள்ளதா. ஆதலால் இறைவன் ஒருவனே உண்மைகுரு. அதைவிடுத்து பிறருக்கு குருசேவை செய்வதை உதறிவிட்டு இறைசேவையை தொடருங்கள். இறைவனே குருவாக வருவான் என்று எடுத்துரைத்தேன். ஆனால் அவரோ என் பேச்சில் நம்பிக்கை இல்லாது மாயையில் வீழ்ந்து அக்குருவின் வசிய வலையிலேயே சிக்கிக்கிடந்தார். கோவிலுக்குள்

வருவதையே நிறுத்திவிட்டு தானே அக்குருவிற்கு ஒரு தனிக்கோயிலே கட்டிமுடித்து பல அன்பர்களை சேர்த்து வழிபட்டு வரலானார். அந்த நல்லவரின் மாயை நீங்க இறைவனிடம் பிரார்த்தித்து விட்டு வந்து விட்டேன்.

இது நடந்த மூன்று மாதங்களுக்குப் பிறகு ஒருநாள் அந்தப் போலிகுருவின் அந்தரங்கம் அவரின் சீடராலேயே டெலிவிஷனில் வெளிப்பட்டு அவரும் கைது செய்யப்பட்டு சிறையில் அடைக்கப்பட்டார். எந்த மீடியாமூலம் தன்னை சுவாமி என்றும் குருவென்றும் விளம்பரங்கள் செய்து உலக அரங்கில் பேரோடும் புகழோடும் பவனி வந்தாரோ அதே மீடியாக்கள் மூலம் அப்போலிகுருவின் முகத்திரை கிழித்தெறியப்பட்டதை உலகோர் அனைவரும் அறிந்ததே.

யோக ஜாடைக் காட்டுவார் உயரவும் எழும்புவார்
வேகங்கொண்டு அட்டசித்து வித்தை கற்றுநெட்டுவார்
மோகங்கொண்டு மாதரின் மூத்திரப்பை சிக்கிப் பின்
பேயது பிடித்தவர் போல் பேருலகில் சாவரே

- சிவவாக்கியர்



சிவவாக்கியர்
கும்பகோணம்

இதனைக்கண்ட அந்த அன்பர் தான் அவருக்கு கட்டிய கோயிலை அவரே இடித்தெறிந்தார். அதன்பிறகு தான் எண்ணி ஏமாந்த நிலையை வெளியே சொல்லமுடியாது தவித்து தனக்குள்ளேயே வெந்து நொந்துபோனார். எவரோசெய்த தப்புக்கு இவர்

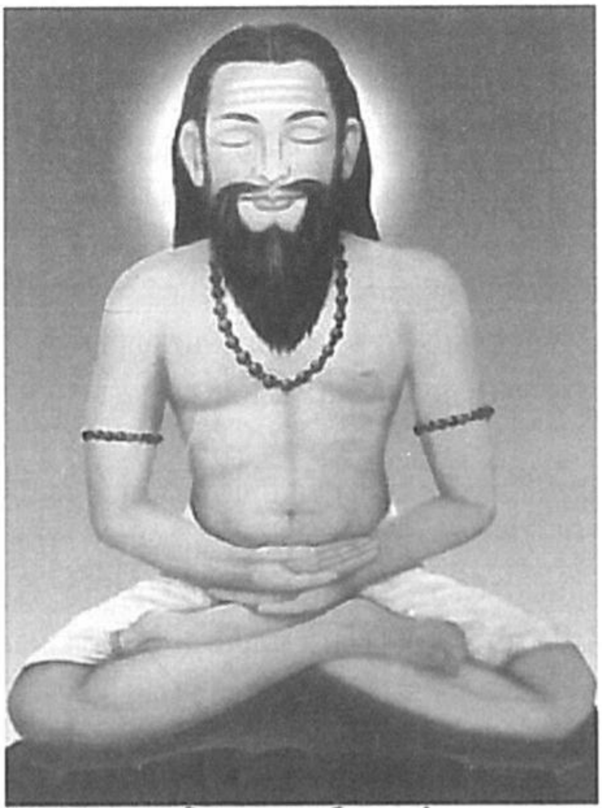
அவமானப்பட்டு வெளியே தலைகாட்டாது மறைந்தார். இதுபோல் அப்போலி குருவை நம்பி சீடரானவர்கள் பலருக்கும் இது போன்ற நிலைதான் ஏற்பட்டது. அதன் பின்னர் அவரை சந்தித்த நான் அவரின் அறியாமையை நீக்கி தெளிவுபடுத்தி மீண்டும் இறை சேவை செய்ய அறிவுறுத்தி வந்தேன். இப்போதும் அப்போலிகுரு திருந்தியதாக தெரியவில்லை. மீண்டும் போஸ்டர் விளம்பரங்கள் செய்ய ஆரம்பித்துள்ளார். இதைப்போல் விளம்பரம்செய்து வலம் வந்து பணம் கறக்கும் ஆன்மிககுருக்கள் பலருக்கும் இறை தண்டனை காத்திருப்பது நிச்சயமே.

எதற்கு இதை எழுதினேன் என்றால் இனியாவது இறைத்தொண்டு செய்யும் எவரும் இது போன்ற பொய் குருவின் மாயையில் சிக்கி ஏமாறக்கூடாது என்பதற்காகவே. இறைவனைத்தேடும் மெய்யன்பர்களை ஏமாற்றுவது பாவத்திலும் பெரியபாவம் என்பதை இன்றைய குருநாதர்களும் உணர்ந்து இனியாவது ஏமாற்றி வாழாது திருந்துங்கள் என்பதற்குமே. ஆதலால் உண்மையை தேடும் அன்பர்களே, சாதகர்களே இந்நாட்டில் திருக்குறள், திருமந்திரம், திருவாசகம், தேவாரம், நாலாயிர திவ்யபிரபந்தம், திருப்புகழ், திருஅருட்பா, பதினெண் சித்தர் பாடல்கள், பன்னிரு திருமறைகள் என பல்லாயிரக்கணக்கான பாடல்களை இறவா நிலை அடைந்த முன்னோர்கள் நமக்கு வழிகாட்டும் குரு நூல்களாக எழுதி வைத்துள்ளனர். இவைகளை நாம் படித்து அறிவதோடு நம் சந்ததியரும் படித்து வர பழகி வரவேண்டும். நம் முன்னோர்கள் நமக்காக சொல்லிச் சென்ற இந்நன்னூல்களை போற்றிப் பாதுகாக்க வேண்டும். இறைவனைத் தவிர வேறு எவரிடமும் அடிமைப்படாது இருக்க வேண்டும். இவையாவிற்கும் மேல் தன்னை அறிந்து கொண்டால் யாவையும் தானே அறியவும் உணரவும் முடியும்.

மனிதப்பிறவி அரிதே

தன்னை அறியத் தனக்கொரு கேடில்லை
தன்னை அறியாமல் தானே கெடுகின்றான்
தன்னை அறியும் அறிவை அறிந்த பின்
தன்னையே அர்ச்சிக்கத் தான் இருந்தானே!

என்கிறது திருமந்திரம்



திருமூலதேவர்

ஆதலால் தன்னை அறியும் அறிவை அறிந்து அதை இறைவன் பால் நிறுத்தி இறவா நிலை அடைந்தவர்களே சித்தர்கள். அவர்களின் நிலைக்கு நம்மையும் உயர்த்தி இறைவனைச் சேர வழிகாட்டுபவர்கள் சித்தர்கள். எதற்கும் அஞ்சாது தீமைகளை ஒழிக்கவும் நன்மைகளை வளர்க்கவும் செய்பவர்கள்தான் சித்தர்கள். வரும் துன்பங்களை போக்கி நலமுடனும் வளமுடனும் வாழ வாசியோகம் எனும் அற்புத கலையை வழங்கி வழிகாட்டியவர்கள் சித்தர்கள். தன்னலம் கருதாது இத்தரணியை தவபூமியாக ஆக்கியவர்கள் சித்தர்கள். ஆதலால் ஆன்மிக நாட்டமுடைய அன்பர்களும் சாதகர்களும் இந்நூலில் உள்ள உண்மைகள் யாவையும் உணர்ந்து உழைத்து இறைவனை அடைய இந்த இறவாநிலை அடைந்த சித்தர்களில் ஒருவரை குருவாகக் கொண்டு மெய்ப்பாடுபட முனையுங்கள். அவர்கள் அருவாகவும், உருவாகவும் வந்து அருள் புரிவார்கள். இதில் எள்ளளவும் ஐயமில்லை. அவர்கள் நூல்களை குருகீதையாக நேசித்து வாசியுங்கள். சித்தர் பரிபாஷை யாவும் தானாகவே புரியும். சித்தர் நெறியில் வாழ்ந்து இறவாநிலை அடையவும் சித்தராக நீங்கள் மாறவும் சித்தர்களின் வாசியோகம் ஒன்றே வழிகாட்டும்.

இப்பூமியில் நம் பாரததேசம் ஒன்றே தவம் நிறைந்த புண்ணிய பூமியாகும். இம்மண்ணில் குமரிமுனையிலிருந்து இமயமலை வரை எண்ணற்ற தவசிகளும், ஞானிகளும், யோகிகளும், சித்தர்களும் வாழையடி வாழையென தோன்றிக்கொண்டே இருக்கிறார்கள். உலகமெங்கிலும் இருந்து யோகமும், தியானமும் கற்றுக்கொள்ள இம்மண்ணைத் தேடியே வருகிறார்கள். இம்மண்ணில் தவம் புரிந்தே புத்தர், மகாவீரர், குருநானக் போன்ற மகான்கள் ஞானம் அடைந்தனர். இயேசு கிருஸ்து, நபிகள் நாயகம் போன்ற அவதார சீலர்களும் இங்கு வந்து தங்கி தவமிருந்தே நம் சித்தர்களிடம் ஞானம் பெற்று சென்றுள்ளார்கள். ஆதியிலிருந்தே ரிஷிகள், முனிவர்கள், சித்தர்கள் என பல்லாயிரக்கணக்கில் வாழ்ந்து தவம் புரிந்து புண்ணிய பூமியாக மாற்றியுள்ளார்கள்.

வடநாட்டில் இமயமலைச் சாரலில் தங்கள் பத்தினியோடு தவம்புரிந்து வாழ்ந்தவர்கள் ரிஷிகள். இவர்கள் உருவாக்கியதே நான்கு வேதங்கள், உபநிடதங்கள், இதிகாசங்கள். அவைகள் யாவும் சமஸ்கிருத மொழியிலேயே அமைந்துள்ளது. முனிவர்களும் ஞானிகளும் இந்தியா முழுவதிலும் பரவி நின்று துறவு பூண்டு வாழ்ந்தவர்கள். தென்னாட்டில் குறிப்பாக தமிழகத்தில் இல்லறமே நல்லறம் என்று வாழ்ந்தவர்களே சித்தர்கள். சித்தர்கள் யாவறுமே இயற்றிய நூல்கள் யாவும் தமிழ் மொழியில்தான் அமைந்துள்ளது. இவர்கள் அனைவருமே இறவாநிலை அடைந்தவரே. ஈசன் ஒருவனையே எண்ணி தவம் முடித்து அனைத்து சித்திகளையும் அடைந்தவர்கள். சித்தர்கள் ஆசைகளை துறந்தார்களே தவிர வாழ்க்கையை துறக்கவில்லை. வாழ்க்கை என்பது இறைவன் அனுபவத்திற்காக அளித்தது என்பதை உணர்ந்து வாழ்ந்தவர்களே சித்தர்கள்.

ஆசை அறுமின் ஆசை அறுமின்
ஈசனோ டாயினும் ஆசை அறுமின் என்பார் திருமூலர்.

இவ்வுலகில் எண்ணற்ற ஜீவராசிகள் இருக்கின்றது. இவை அத்தனையிலும் சிறந்தது மனிதப்பிறப்பே. இதனை தாயுமானவர் எண்ணரிய பிறவிதனில் மானிடப் பிறவிதான் யாதினும் அரிது அரிது காண், இப்பிறவி தப்பினால் எப்பிறவி வாய்க்குமோ? ஏதுவருமோ? என்று எச்சரித்து உணர்த்துவார். அடைதற்கரிதாகிய இம்மனிதப் பிறவியை தந்த இறைவனை மறவாது வாழ்ந்திருங்கள். ஈசனின்

திருவிளையாடற் கருணையினால் கிடைத்த இம்மனிதப் பிறவியின் பெரும் பயனை அடைந்து அதை மேம்படுத்த உள்ள வழிகளைத் தேடுங்கள். புல்லாய், பூண்டாய், செடியாய், மரமாய், புழுவாய், பாம்பாய், பல்வகை மிருகங்களாய், பறவையாய் இப்படிப் பல்வேறு பிறவிகளைக் கடந்தே இம்மனிதப் பிறவியை பெற்றுள்ளோம். இதனை மட்டுமே இறைவன் ஏழ்பிறப்பு அடையும் வண்ணம் அமைத்துள்ளான். மனிதப்பிறவியில் தான் இறைவனை அடையமுடியும். இவ்வரிய மனிதப்பிறவியை பெற்ற நாம் இவ்வாய்ப்பை அறியாது விட்டுவிட்டால் மீண்டும் புல்பூண்டு போன்ற பிறவிச் சுழற்சியில் அகப்பட்டு அல்லற்பட நேரிடும்.



இறைவனைக் கண்ட அடியார்கள் அனைவரும் இறைவனிடம் பிறவாவரம் வேண்டும் என்றும் மீண்டும் பிறந்தால் உன் திருவடி மறவா வரம் வேண்டும் என்றே வேண்டுகிறார்கள். காரணம் ஏன் தெரியுமா? மனிதப்பிறவியால் மட்டுமே நினைக்கவும் மறக்கவும் முடியும் என்பதை உணர்ந்தே மீண்டும் பிறப்பிருந்தால் மனிதப்பிறவியை கொடு இறைவா என்று வேண்டி இறைஞ்சுகின்றார்கள். உடம்பு, உயிர், உள்ளம் என்ற மூன்றும் இணைந்த மனிதப்பிறவியில் மனம் என்ற ஒன்று இருப்பதனால்தான் மனிதன் என்று ஆனான். அம்மனதில் ஈசன் குடிகொண்டு ஆட்டுவிப்பதால் மனுசன் எனப்பெயர் பெற்றான். ஈசன் கருணையினால் கிடைத்த இம்மனிதப்பிறவியை உணர்ந்து உடல், உயிர், உள்ளம் என்ற மூன்றையும் அறிந்து செய்யும் சாகாக்கல்வியே சித்தர்கள் யாவறும் வழிகாட்டும் வாசியோகம். அதனை அறிந்து கொண்டு வாசியோகம் செய்து இறவாநிலை அடைய முயலுங்கள். கிடைத்தற்கரிய இப்பிறப்பிலேயே இறைவனை நாடி பிறவியை அறுக்கும் யோகஞானத்தை உணர்ந்து விடாமுயற்சியுடன் பயின்று பிறவிப்பெருங்கடலை கடந்திடுங்கள்.

கிட்டுமோ ஞானயோகம் கிடைக்குமோ குருவின் பாதம்
கட்டுமோ மூலவாசி காணுமோ கயிலை வீடு
எட்டுமோ நாகலிங்கம் ஏற்றுமோ தீப சோதி
தட்டுமோ பளிங்கு மேடை தனை அறியார்க்கு நெஞ்சே

- நெஞ்சறி விளக்கம்

வாசியோகம் என்பது எல்லார்க்கும் உடனே எளிதாக வாய்க்கக்கூடியது அல்ல. அது அவரவர்க்கும் பூர்வ ஜென்ம புண்ணியத்தால் மட்டுமே வாய்க்கும். இது இறைவனை அடைய முற்பிறப்பில் செய்த யோகஞான சாதனையின் பயனால் விட்டகுறை, தொட்டகுறை உள்ள பிறவிகளே இப்பிறப்பில் வாசியை அடைவார்கள். அது இல்லாதவர்கள் இதையறிந்து வாசியோகத்தை செய்யமுற்பட்டால் அதுவே அவர்களுக்கு தீராத நோயை கொடுத்துவிடும். இதைத் தான் திருக்குறளும்

"தவமும் தவமுடையார்க்கே ஆகும் அவம்
அதனை அ∴திலார் மேற்கொள்வது"

என்றுரைக்கும். இந்த வாசியோகத்தை அறிந்து செய்ய வேண்டும் என்ற ஆர்வம் வெகு சிலருக்கே ஏற்படும். அவர்களும் நீண்ட காலங்களாக பத்தியில் உழன்று தொண்டுகள் பலபுரிந்து யோக ஞான சாதனைகளை படித்தும் கேட்டும் உபதேசம் பெற்று பயின்று கொண்டு இருந்தாலும் வாசியின் உண்மையை உணர வேண்டும் என்று உள்ளத்தில் தேடிக்கொண்டு இருப்பார்கள். அவ்வாறு உண்மையை உணர்ந்து பயிலத்துடிக்கும் உத்தமர்களுக்கு இந்நூல் வழிகாட்டும். முயற்சியுடன் தொடர்ச்சியாக பயிற்சியை விடாமல் செய்யும் சாதகர்களுக்கே வாசி கிட்டும்.

"தெய்வத்தால் ஆகாது எனினும் முயற்சிதம்
மெய்வருத்த கூலி தரும்" - திருக்குறள்

சித்தர்கள் தயவின்றி வாசியை உணரமுடியாது. வேதங்களில் கூட விவரிக்காத வாசியை சித்தர்கள்தான் விளக்கி சாகாக்கல்வி என போதிக்கிறார்கள். வாசியை உணராத மாந்தர்கள் அதனை பல வழிகளிலும் வீணாக்கி பிறப்பிறப்பில் வீழ்கிறார்கள். வாசியை உணர்ந்த சித்தர்களே அதை எவ்வகையிலும் வீணாக்காது யோக

ஞானத்தால் தம் உடல், உயிரை இணைத்து சோதியில் ஊடுருவி இறைவாநிலை அடைந்துள்ளார்கள். அதுபோலவே நாமும் சித்தர்கள் தயவைப் பெற்று இரகசியக் கலையான வாசியை அறிந்து இடைவிடா முயற்சியுடன் பயிற்சி செய்து வந்தால் இறைவாநிலை அடையலாம். அல்லாது போனாலும் வாசியினால் நம் பிறவியில் புண்ணியத்தை கூட்டலாம்.

மனிதரிலும் பறவையுண்டு விலங்குண்டு
கல்லுண்டு மரமுமுண்டு
மனிதரிலும் நீர்வாழுஞ் சாதியுண்டு
அனேககுல மனிதருண்டு
மனிதரிலும் மனிதருண்டு வானவரும்
மனிதராய் வருவதுண்டு
மனிதரிலே பிறப்பறுக்க வந்ததே
அருமையென வகுத்தார் முன்னோர்.

- சிவானந்த போதம்

வடக்கில் காசியிலும், ஹரித்துவார், ரிஷிகேசம் போன்ற இமயமலை சாரலிலும் இறைவனை இப்பிறப்பிலேயே அடைய வேண்டும் என்று வைராக்கியமுடன் பலர் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றனர். அவர்கள் அகோரிகள் என்றும் பைராகிகள் என்றும் அழைக்கப்படுகின்றனர். இவர்கள் இளமையிலேயே துறவு பூண்டு சன்னியாச தீட்சை பெற்று யோக சாதனைகள் செய்து கொண்டு இருக்கிறார்கள். இவர்களில் பலரும் தங்கள் ஆண்குறியை தாங்களே சித்ரவதை செய்து உடைத்துக் கொண்டு நானே பைரவர் எனக் கூறிக்கொண்டு திகம்பரர்களாக திரிகிறார்கள். எந்நேரமும் கோரக்கர் மூலியை சிவப்பிரசாதம் என்று புகைத்துக்கொண்டே இருப்பார்கள். இவர்கள் மிகக்கடுமையான யோகாசனங்களையும், ஹடயோகப் பயிற்சிகளையும் செய்து தியானிப்பர். இவர்கள் செய்யும் யோகமும், ஆசனப்பயிற்சியும் எவரும் எளிதில் செய்ய இயலாது. மேலும் வேத சாஸ்த்திரங்கள் யாவையும் கரைத்து குடித்து மனப்பாடமாக ஓதுவார்கள். பசி என்று வந்தால் சுடுகாட்டில் எரியும் பிணங்களின் தசைகளை பிடுங்கி தின்பார்கள். எவரிடமும் எளிதில் பேசவும் மாட்டார்கள். எதையும் எதிர்பார்க்கவும் மாட்டார்கள். இறை அச்சத்தை ஏற்படுத்துவார்களே தவிர வேறு எதையும் இவர்கள் சாதித்ததாகக் தெரியவில்லை. இவர்களைக் கண்டாலே மற்றவர்க்கு பயம்தான் வரும்.

அன்பே கடவுள் என்பதை ஏற்க மாட்டார்கள். கடவுள் ஒன்றைத் தவிர வேறெதுவும் இல்லை என்ற கொள்கையிலும் ஈசன் ஒருவனே எல்லாம் வல்ல இறைவன் என்பதிலும் மிக உறுதியாக இருக்கிறார்கள். இவர்களில் எவரும் இந்நிலையில் இருந்து இறவாநிலை அடைந்தவர் ஒருவரும் இல்லை. இவர்களுக்கும் பிணிகள் ஏற்படுகின்றது. நரைதிரையுடன் முதுமை வருகின்றது. எல்லோரையும் போல் இறப்பும் வருகின்றது. இவ்வளவு கடுமையான தவத்தை மேற்கொண்டும் இவர்கள் சித்தி அடையாத காரணம் வாசியை அறியாததே. இவர்கள் யாவறும் முக்தி அடைந்தார்களே தவிர சித்தி அடைந்தாரில்லை. ஆனால் வாசியை உணர்ந்த சித்தர்கள் இயற்கையோடு இயற்கையாய் வாழ்ந்து உடம்பையும் அழியா வஜ்ரதேகமாக மாற்றி உயிரையும் மேம்பட வளர்த்து தவத்தால் சித்திபெற்று சிவத்தை சேர்ந்து என்றும் இறவா நிலையுடன் வாழ்ந்து வருகிறார்கள். இவ்வாறு அவர்கள் அடைந்த நிலையை நம்மையும் அடையச் செய்யவே அவர்கள் செய்த நூல்கள் அத்தனையிலும் வாசியை அறிவித்து உபதேசிப்பார்கள். இதுவன்றோ மெய் உபதேசம்.



இது சித்தர்கலை, சாகாக்கல்வி என போற்றப்படுகின்றது. இதை அவர்களே மிகவும் இரகசியமாக்கி பரிபாஷையால் பாதுகாத்து வருகின்றனர். இது தீயவர்க்கும் பாவிகட்கும் உணர்த்தக்கூடாது என எச்சரிக்கின்றனர். வாசியோகம் நல்லோர்களுக்கு வளமான வாழ்வையும் தீயோர்க்கு சீரழிவையும் தர வல்லது. வாசியே வாதம், பித்தம், சிலேத்துமம் என்ற முப்பிணிகளையும் நீக்கி நோயற்ற வாழ்வைத் தருவது. வாசியோகமே இருவினைகளையும் அழிக்கவல்லது. வாசியே உடம்பையும், உயிரையும் இணைத்து

வைப்பது. வாசியே பாவத்தைப் போக்கி புண்ணியத்தை சேர்ப்பது. வாசிதான் இறைவனிடம் இட்டுச்செல்லும் வாலைகுரு. இன்னும் வாசியினால் பெறக்கூடிய பலன்கள் எத்தனை எத்தனையோ உள்ளது. அதன் வல்லபங்கள் யாவையும் சொல்லி மாளாது. அது அணுகுண்டைப் போல் சக்தி மிகுந்த ஆபத்தான ஆயுதம் போன்றதே. ஆதலால் தான் இதை இரகசியமாக்கி இருக்கிறார்கள் சித்தர்கள்.

ஆனால் விட்டகுறை உள்ளவர்களும் தர்மாத்மாக்களும் உண்மையை உணரத்துடிக்கும் உத்தமர்களும் பூர்வ புண்ணியம் நிறைந்த யோக ஞான சாதகர்களும் வாசியின் உண்மையை உணர்ந்து இறைவனை அடையும் நன்முயற்சியில் ஈடுபட வேண்டும் என்றே சித்தர்கள் அனுமதியுடன் இந்நூலை இயற்றினோம்.

கலியுகம் முடியும் காலகட்டத்தில் இவ்வுலகம் இருக்கின்றது என்பதை அறிந்து வாசியோகம் செய்து பிறவியில் புண்ணியக் கணக்கை உயர்த்தி வாழுங்கள். 2222ம் ஆண்டில் ஞானசித்தர் யுகம் பிறக்கும் என்று **“ஈருறவு நான்கை வருடமாகும் துறை தவறாமுறை பிசகா திருந்து ஓங்கும்”** என்பதை கோரக்க சித்தர் தன் சந்திரரேகை 200 நூலில் சொல்லியுள்ளார். ஆகவே இனியாயினும் மனித பிறவிகள் இப்பிறவியின் அருமையை அறிந்து மாயையில் சிக்காது தன்னை அறியும் தவத்தை மேற்கொள்ள வேண்டும். வாசியோகத்தால் புண்ணிய தர்மத்தைப் பெருக்கி பிறவியை மேம்படுத்தி உய்வடைய வேண்டும். நல்ல உயிர்கள் நயவஞ்சகமான ஆன்மிக வியாபாரிகளிடம் அடிமையாகாது தன்னை அறிந்து இன்பமுற வேண்டும் என்றும் நல்ல நோக்கத்தில் சித்தர்கள் இரக்கத்தால் உருவானதே இந்நூல். சித்தர்களின் பாடல்களில் சொன்ன செய்திகளைத்தான் இந்நூல் மறைப்பின்றி வாசியோகத்திற்குள்ள அடிப்படை சூட்சமங்கள் யாவும் தெளிவாக எடுத்துரைக்கும்.

சித்தர்கள் மூவாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பே சொல்லியுள்ள கருத்துக்களைத்தான் உலகில் பின்வந்த மகான்களும் அறிஞர்களும் போதித்துள்ளார்கள். ஆசை அறுமின்கள் என்றார் திருமூலர். தவம் முடிந்து ஞானம் பெற்ற புத்தர் ஆசையே துன்பத்திற்கு காரணம் என போதித்தார். தன்னை அறியும் அறிவை அறியச் சொன்னார் திருமூலர். உன்னையே நீ அறிவாய் என்றார் சாக்ரடீஸ் என்ற அறிஞர். இன்றும் இனியும் வருங்காலங்களில் வரும் குருமார்களும் சித்தர்கள் முன்பே சொல்லியுள்ளதைத்தான் தனக்குள் இருந்து வந்த தத்துவங்கள்

எனவும், தானே தவமிருந்து கண்டுபிடித்த யோகக்கலை எனவும் உபதேசிப்பார்கள். எந்த குருவும் புதிதாக கூறும் ஞானம் யாவும் ஏற்கனவே சித்தர்கள் கூறியதாகத் தான் இருக்கும். இதனை இனியாவது உணர்ந்து சித்தர் நூல்களை சுவாசமாக வாசியுங்கள். சித்தர்கள் வழிகாட்டும் வாசியோகம் புரியும். அதனை உணர்ந்து மெய்ப்பாடுபட்டு அரிதான மனிதப்பிறவியை ஆண்டவனிடம் ஐக்கியப்படுத்துங்கள்.

மணிமந்திர மருந்து



சித்தர்கள் மணி, மந்திர ஔஷதம் என்ற முப்பொருள் உண்மைகளையே தம் சீடர்களுக்கு உபதேசமாக சொல்வார்கள். இதனை அறிந்து கொள்ளவே அனைவரும் வலியுறுத்துவர். இந்த மணி, மந்திர மருந்து என்று அவர்கள் சொல்வது நம்முள் அமைந்திருக்கும் உண்மைகளே. மணி என்றது நம்முள் மணியாக விளங்கும் ஆன்மா. மந்திரம் என்றது நம்முள் ஊண்பற்றி நின்ற ஊமையெழுத்து என்ற மனம். ஔஷதம் அல்லது மருந்து என்பதே வாசி ஆகும். இந்த முப்பொருளையும் அறிவதே ஞானம்.

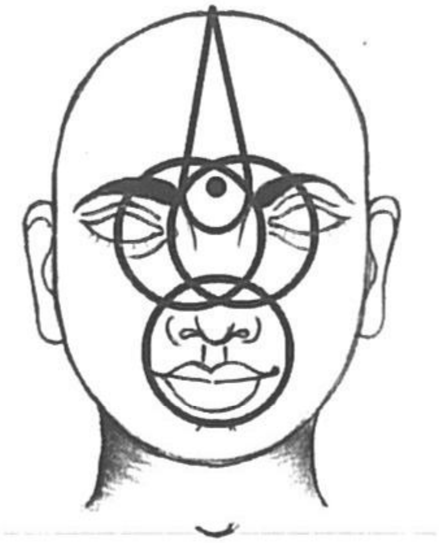
மருந்தறியேன் மணியறியேன் மந்திரமொன் றறியேன்
மதியறியேன் விதியறியேன் வாழ்க்கை நிலையறியேன்
திருந்தறியேன் திருவருளின் செயலறியேன் அறந்தான்
செய்தறியேன் மனமடங்குந் திறத்தினிலோ ரிடத்தே
இருந்தறியேன் அறிந்தோரை ஏத்திடவும் அறியேன்
எந்தைபிரான் மணிமன்றம் எய்தவறிவேனோ
இருந்ததிசை சொலவறியேன் எங்ஙனம் நான் புகுவேன்
யார்க்குரைப்பேன் என்ன செய்வேன் ஏதுமறிந்திலனே.

- வள்ளலார்



நமக்குள் இருக்கும் இந்த மணி, மந்திர மருந்து என்பதை அறிந்து பிறவிப்பயனை அடைந்து இறவாநிலை எனும் பெரும்பலனை அடைய வேண்டும் என்பதே சித்தர் நோக்கு. ஆதலின் இந்த மணி, மந்திர ஔஷத தீட்சையை ஒரு நல்லகுருநாதரிடம் உபதேசம் பெற்று மெய்ப்பாடுபட்டே இறைநிலை அடைய வேண்டும். இவைகளை அறியாது நீ எண்ணாயிரத்தாண்டு யோகம் இருப்பினும் கண்ணாரமுதனைக் காண்பது அரிது என்கிறார் திருமூலர். ஆகவே நாம் பயிலும் யோக தியான சாதனைகளை மணி, மந்திர, மருந்து அறிந்து செய்வதே உத்தமம்.

மணி என்பது ஆன்மா. அதனை மெய்ப்பொருள் என்றும், பிரமம் என்றும் கூறுவார்கள். மனமே நம்மில் மந்திரமாக அமைந்துள்ளது. அதனை ஓரெழுத்து, ஊமையெழுத்து, பேசாத மந்திரம் என்று எடுத்துரைப்பர். உலகம் முழுமைக்கும் பொதுவாக உள்ள மூலமந்திரம் இதுவேயாகும். மருந்தாக இருப்பதே வாசி. இதுவே பிறவிப்பிணி தீர்க்கும் மருந்து. இம்மூன்றையும் உபதேசத்தினால் உணர்த்த உணர்ந்து கொண்டு இயற்றுவதே வாசியோகம். இதனை சித்தர்கள் இரகசியமாக பாதுகாத்து வருகின்றனர். விண்டால் விண்ணிடி வீழும் என்றும் சொல்லினால் தலை வெடிக்கும் என்றும் சாபம் கொடுத்துள்ளனர்.



இதில் மணி, மந்திரம் என்பதை அறிவதுவே மனிதப்பிறவியின் பெரும் பயனாகும். அப்பிறவிப் பயனை பெற்றவர்கள் இறவாநிலை எனும் பலனைப் பெற்றுய்ய அடைய வேண்டிய செல்வமே வாசியாகிய மருந்து. ஆதலால் இப்பிறவியில் பாவத்தைப் போக்குதற்கும் புண்ணியத்தை சேர்ப்பதற்கும், மரணமிலாப் பெருவாழ்வை பெறுவதற்கும் உள்ள ஒரே சூட்சமம் வாசியே. விதியை மாற்றும் மதியாக இருப்பது வாசி. எது எல்லா நூல்களையும் வாசிக்கின்றதோ அதுவே வாசி. வ என்பது காற்றையும் சி என்பது நெருப்பையும் குறிக்கும். 'வ' என்ற சக்தியும் 'சி' என்ற சிவனும் இணைந்ததுவே வாசி. நாசி எனும் மூக்கினால் செய்யும் மூச்சுப்பயிற்சிக்கு பிராணாயாமம் என்று பெயர். வாயினால் உருவேற்றும் மந்திரப் பயிற்சிக்கு செபம் என்று பெயர். வாயினுள் இருக்கும் உண்ணாக்கு வழியாக 'சி' எனும் ஒரெழுத்தால் காற்றை மேலேற்றி ஆன்மாவில் அடைக்கும் கலைக்கே சித்தர்கள் வாசியோகம் என்று பெயரிட்டனர். இந்த மணி, மந்திர மருந்தையே சித்தர்கள் சாகாக்கால், வேகாத்தலை, போகாப்புனல் என்றும் பரிபாஷையாக சொல்வார்கள். இவை யாவையும் அறிந்து ஒரு நல்ல குருநாதர் மூலம் அறிந்தாரைச் சேர்ந்து அறிந்து கொண்டு இவ்வாசிப்பயிற்சியை பழகி இகபரம் இரண்டிலும் இன்புற்று வாழ்ந்திருங்கள்.

இந்த மணி, மந்திர, ஔஷத உண்மைகளை உங்களுக்குள்ளேயே நன்கு உணர்ந்து கொண்டு இப்பிறவியின் அருமையை அறிந்து இறைவனையே நினைந்து இறைவனைச் சேரும் இறவா

நிலையடையும் மார்க்கத்தை உணர்ந்து பாடுபடுங்கள். மெய்ப்பொருளை அறிந்து அந்த ஒன்றையே பற்றி நின்று யோகமும் தியானமும் தினசரி செய்து வாருங்கள். அதற்கு சித்தர்கள் காட்டும் சாகாக்கலையே வாசியோகம். அதனை எப்பாடுபட்டாவது அடைவதற்கு இறைவனையே நாடி நின்று கேளுங்கள். உண்மையை உண்மையாகத் தேடுவோர்க்கு இறைவனே துணையாக வந்து இயற்கையிலேயே இதைக் காட்டித்தருவான். மணி, மந்திர, ஔஷத உண்மைகள் யாவையும் உணர்த்தி வைப்பான். உள்ளன்போடு உள்ளுக்குள்ளேயே உழைத்து உண்மை நிலையைப் பெற்று உய்யுங்கள்.

யோக தியான சாதனைகளுக்கு அடிப்படையாக சித்தர்கள் கூறும் ஓங்காரம், பஞ்சாட்சரம், ஓரெழுத்து எனும் மந்திரங்களையும், உடல், உயிர், உள்ளம் என்பவைகளின் உண்மை தத்துவங்களையும், மெய்ப்பொருள் இரகசியங்கள் யாவையும் உணர்ந்து தெளிந்து இறை நாட்டத்துடன் இயற்றும் யோகமும், தியானமும் தான் சித்திபெறும். இதனையாவும் இளம் வயதிலேயே கற்றறிந்து கொண்டு வாசியினால் வளம் பெறுங்கள். இதை விடுத்து எல்லாக் கர்மாக்களையும் முடித்துவிட்டு வயதாகி ஓய்வு பெறும் காலத்தில் இவைகளை அறிந்து கற்றுக் கொள்ளலாம் என எண்ணியிருந்தால் உங்களால் இப்பிறவியில் வாசியை உணரவே முடியாது போய்விடும். ஆதலின் இதை காலத்தே பயிர் செய்யவேண்டும் என்றும் நாளையென்று எண்ணலாகாதே என்பதே சித்தர் வாக்கு. இந்த வாசியோகம் இல்லறத்தில் இருந்து கொண்டு செய்யக்கூடாது என்றும் துறவறம் பூண்ட பின்னே தான் இதைச் செய்ய வேண்டும் என்று கூறுவோர் வாசியை அறியா தோசிகள் எனத் திட்டுவர் சித்தர். இதற்கு இல்லறம் எப்போதும் தடையல்ல. இல்லறத்தில் இருந்தே இவ்வாசி கொண்டு இறவாநிலையடைந்து நமக்கும் வழிகாட்டுபவர்களே சித்தர்கள் என்பதை உணருங்கள். உண்மை ஞானத்தை உபதேசிக்கும் ஒரு நல்ல குருநாதர்

“இல்லறத்தில் இருக்க வைப்பார் துறவுக்கீயார்” என்பார் ஸ்ரீகாகபுஜண்டர்.அவரே

தோணாது ஜனங்களுக்கு எலும்பின் ஆணி
சொல்லறியாத தோஷியர்க்குச் சுழிவு தோணா
வீணாக நாமலைந்து கெட்டோமென்பார்
மெய்நிறைந்த வாசியதைக் காணாமாந்தர்
வாணாளைப் போக்கடித்துச் சடமுங்கெட்டு
வயற்பிழைக்குஞ் சோம்பியை யோகியென்றே
தூணாளைக் கூட்டியுண்டு சுகித்தாற் போல
துன்பமுற்றுப் பட்டினியே கிடப்பான வீணே!

என்று பெருநூல் காவியம் 1000 நூலில் சொல்லியுள்ளதை ஆராய்ந்து அறிந்து கொண்டு காலத்தே வாசியோகப் பயிற்சியை தொடங்குங்கள்.

கெட்டபின்பு ஞானி என்பார் கவியரசு. உள்ளம் கெட்டு தெளிந்த பின்புதான் ஞானம் கிடைக்கும். உடல் கெட்டு நலிந்து போனால் வாசியோகம் பயிற்சி செய்ய இயலுமா. ஆதலால் உடல் திடமுடன் இருக்கும் காலத்திலேயே வாசியோகம் அறிந்து செய்து உயிரையும் வலுப்படுத்தி நோயற்ற வாழ்வை பெற்றிடுங்கள். மணி, மந்திர, மருந்து தேகபலத்தையும், மனோபலத்தையும், ஆன்மபலத்தையும் தரும் அற்புத சக்தி என்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள். அதில் என்றென்றும் அயராது பாடுபட்டு பிறவிப்பலனை உயர்த்தி மரணமிலாப் பெருவாழ்வை பெற்று அழியாப் புகழோடு அமைதியுடன் இன்பமுற்று வாழ்ந்திடுங்கள்.



ஓங்காரம்



ஓம் எனும் ஓங்காரத்துள்ளே ஒருமொழி
ஓம் எனும் ஓங்காரத்துள்ளே உருஅரு
ஓம் எனும் ஓங்காரத்துள்ளே பலபேதம்
ஓம் எனும் ஓங்காரம் ஒண்முத்தி சித்தியே

– திருமூலர்

மந்திரங்களில் முதன்மையானதும், தலைசிறந்தும் விளங்குவது ஓம் எனும் ஓங்காரம். அந்த ஓங்காரத்தின் உள்ளேதான் உலகமுழுமைக்கும் பொதுவான ஒரு மொழியாக ஓரெழுத்து உள்ளது. அந்த ஓங்காரத்தின் உள்ளிருந்து தான் உடல் என்ற உருவமும் உயிர் என்ற அருவமும் வந்தது. ஓங்காரத்துள்ளிருந்தே உலகில் பல பேதங்களாக உருவாகி இவ்வுலகமும் வந்தது. ஓம் எனும் ஓங்காரம் தான் இறையாகவும் இருந்து முக்தியும், சித்தியும் அளிக்கின்றது என்கிறார் திருமூலர்.

இயற்கையின் ஒலிகள் யாவும் ஓங்காரமே. பஞ்சபூதங்களின் ஓசையும் ஓங்காரமே. சிவசக்தியாக விளங்கும் வாசியும் ஓங்காரமே. ஓம் என்ற சப்தம் **அ உ ம்** என்ற மூன்று அட்சரங்களால் ஆனது. ஓம் என்பது வெளியும் ஒளியும் ஒலியும் பொருந்தி இணைந்திருப்பது. ஓங்காரத்தில் இருந்தே அனைத்தும் தோன்றியது. ஓங்காரத்தினால் தான் அனைத்தும் இயங்கி நடந்து கொண்டிருக்கின்றது. ஓங்காரத்தினுள் தான் அனைத்தும் ஒடுங்குகின்றது. ஆதலின் ஓங்காரத்தின் உட்பொருளையும் உண்மையையும் வாசியோகம் செய்யும் சாதகர்கள் உணரவேண்டும்.

வேதாந்தமும், சித்தாந்தமும் ஓம் என்று ஓங்காரத்தை உணர்த்தியே உபதேசிக்கும். நித்ய பூஜை செய்து மந்திரம் ஓதி உபாசனை செய்பவர்களும், யோக ஞான சாதனைகள் இயற்றும் சாதகர்களும், ஞானநிலை அடைந்த ஞானிகளும், சும்மா இருக்கும் தவசிகளும் இந்த ஓங்காரத்தையே உபாசித்திருப்பர். ஓம் என்ற ஓங்காரத்தின் வல்லபங்களை அனுபூதியில் உணர்ந்திருப்பார்கள். ஓம் என்பதே அட்சர மந்திரங்களாகவும் தத்துவங்களாகவும் தெய்வ சக்திகளாகவும் உள்ளது.

ஓங்காரத்துள் அகாரம், உகாரம், மகாரம் என்று மூன்று பெரும் சக்திகள் உள்ளது. "அ" என்பது சிவனாகவும் "உ" என்பது சக்தியாகவும் "ம்" என்பது இருளும் ஒளியும் கலந்த பிரம்மமாகவும் இருப்பதை அறியுங்கள். அகாரம் ஆகாயமாகவும், உகாரம் உலகங்களாகவும், மகாரம் மாயையாகவும் இப்பிரபஞ்சம் யாவும் அமைந்துள்ளது. "அ" என்பது சூரியனாகவும் "உ" என்பது சந்திரனாகவும், 'ம்' என்பது அக்னியாகவும் உள்ளது. அகாரம் அறிவாகவும் உகாரம் உணர்வாகவும், மகாரம் நினைவாகவும் நம்முள் அமைந்திருக்கிறது. அஉம் எனும் மந்திரத்தை ஓங்காரமாகவும், பிரணவமாகவும் பிரிக்கவும், சேர்க்கவும் வாசியோகம் ஒன்றினால் தான் இயலும். ஓம் என்ற பிரணவம் ஒட்டு மொத்த பிரபஞ்ச ஆற்றலையும் உள்ளடக்கி பிரபஞ்சம் முழுதுக்கும் சக்தி தருவது. ஓம் என்பதே பிரம்மத்தின் அடையாளம். ஓம் என்ற ஓங்காரமே இறைவன். இம்மந்திரத்தை அறிந்து உச்சரிப்பவன் எதை விரும்பினாலும் அது அவனுக்கு கிடைக்கும். இந்த ஓங்காரத்தின் உட்பொருள் அனைத்தையும் முழுமையாக முருகப்பெருமானைத் தவிர வேறு எவராலும் உணர்த்த முடியாது. இந்நூலில் ஓங்காரத்தை ஓரளவே உணர்த்தியுள்ளோம். சாதகர்கள் வாசியினால் இதன் முழுமையையும் தனக்குள்தான் அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.

ஊமை எழுத்தே உடலாச்சு மற்றும்
ஓம் என்ற எழுத்தே உயிராச்சு
ஆம் இந்த எழுத்தை அறிந்து கொண்டு
விளையாடிக் கும்மி அடியுங்கடி

ஆதியாக தோன்றிய ஊமையெழுத்தில் இருந்தே இந்த உடம்பு உருவாகி வந்தது. ஓம் என்ற பிரணவ ஒலியே வாசி என்ற காற்றால் உயிர் நின்றது. அஉஇ என்ற இந்த எழுத்தை அறிந்து கொண்டு

அதையே வாசியோக மந்திரமாக்கி பயிற்சி செய்து விளையாடி கும்மி அடிக்கச் சொல்வார் கொங்கணச்சித்தர்.

பெட்டியிலே உலவாத பெரும்பொருள் யீதென்று
எட்டிரண்டு தெரியாதே என்கையில் கொடுத்தீர் - வள்ளலார்

ஓம் என்ற ஓங்காரத்தில் "ஓ" என்ற ஒலியில் உள்ளிருப்பதே அஉ எனும் மந்திரம். இதனையே சித்தர்கள் அகாரம் உகாரம் என்றும் எட்டு இரண்டு என்றும் எடுத்துரைப்பர். ஓங்காரத்தில் உண்டான உயிருடம்பில் ஒன்பது வாசல் கொண்ட இக்கூடு அவரவர் கை சாண் அளவில் எண்சாண் அளவே அமைந்திருக்கும். ஆதலால் உடம்புக்கு எட்டு எனும் அகாரத்தை சொல்வர். அவ்வுடம்பில் உள்ள உயிரை இரண்டு என்ற உகாரத்தை சொல்வர். மகாரம் என்பதையே மனம் என்பர். இப்படி உடம்பு, உயிர், உள்ளம் என்ற மூன்றும் சேர்ந்தே ஓங்காரமாய் ஆனது.

ஓங்காரத்தில் முதல் எழுத்தான "அ" எல்லா சொற்களிலும் எல்லா மொழி சப்தத்திலும் இருக்கின்றது. "உ" என்கிற எழுத்து குரலை உயர்த்தி உச்சரிக்கப்படுவது. இதுவும் எல்லா சொற்களிலும் அடங்கி இருக்கின்றது. இந்த அ,உ என்ற ஒலி இல்லாத எந்த மொழியும் உலகில் இல்லை. இந்த அ,உ என்ற அடசரத்தையே எட்டிரண்டு மந்திரமாக வாசியோகத்திற்கு இரகசியமாக சித்தர்கள் எடுத்துரைப்பார்கள். "ம்" சப்தத்தில் மறைந்து இருக்கும் அட்சரமே ஓரெழுத்தாகும். அ,உ இவை இரண்டும் "ம்" என்பதில் ஒடுங்கும். மீண்டும் "ம்" என்பதிலேயே வெளிவரும். இந்த அகார உகார மகாரத்தை தோற்றுவிப்பதும் கூட்டுவிப்பதும் ஓரெழுத்து. அது "ம்" என்னும் ஒலியில் ஒளிந்திருக்கும் சிகாரம். மாயை நீங்கினால் தான் இறைவனை அறியமுடியும். மனம் அடங்கினால் தான் அறிவை அறிய முடியும். அ,உ,ம் என்ற மூன்றும் இணைந்த ஓங்காரத்தில் மகாரத்தை நீக்கினால் வரும் அ,உ,• ஆகிய மூன்று எழுத்துக்களே வாலையின் அட்சரம் என்பதை அறியுங்கள். அ,உ, என்பதை எட்டிரண்டு எனவும் • என்பதை ஊமை எழுத்து எனவும் சொல்வார்கள் சித்தர்கள். இந்த • புள்ளி என்ற ஓரெழுத்து மந்திரமே யாவிற்கும் மூலமாகவும், நடுவாகவும், முடிவாகவும் அமைந்திருக்கின்றது. இதைத்தான் சித்தர்கள் அவ் உவ் என்றும்

சிகாரம் என்றும் சொல்வார்கள். இந்த இரகசியத்தை நன்கு மனதில் பதிந்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

அகாரம் என்ற அட்சரத்தில் அவ்வு வந்து உதித்ததா?
உகாரம் என்ற அட்சரத்தில் உவ்வு வந்து உதித்ததா?
அகாரமும் உகாரமும் சிகாரம் இன்றி நின்றதா?
விகார மற்ற யோகிகாள் விரித்துரைக்க வேணுமே.

இவ்வாறு சிவவாக்கியர் பாடும் ஓங்காரத்தின் உட்பொருள் உண்மையை அறிந்து வாசியோகம் பழகுங்கள். தங்களுக்குள் ஓமை அடைந்து ஓமில் அடங்கி ஓம் ஆவதே வாசியோகம். ஆகவே சித்தர் பாடல்களை படித்து ஓங்காரத்தை அறிந்து கொள்ளுங்கள். ஓங்காரத்தின் உண்மைகளை நன்கு ஆராந்து சிந்தியுங்கள். தன்னை அறிந்து யோக ஞான சாதனைகளை செய்யுங்கள். பொறுமையும், அன்பும் கொண்டு சேவை செய்யுங்கள். அத்தோடு புலனடக்கத்தையும், நல் ஒழுக்கத்தையும் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். நல்லவராக இருந்து நன்மைகளை செய்திடுங்கள். தினமும் மறவாது தியானம் செய்யுங்கள். ஓங்காரத்தின் உண்மைகளை உணர்ந்து இறவாநிலையடைய இந்த ஜன்மத்திலேயே வாசியை அடையுங்கள். தொட்ட காரியங்கள் யாவிலும் வெற்றியை அடைவீர்கள் என்பதில் எள்ளளவும் ஐயமில்லை. வாசியால் இறைவன் அருள் பெற்று பேரின்பம் பெறுங்கள்.

பஞ்சாட்சரம்

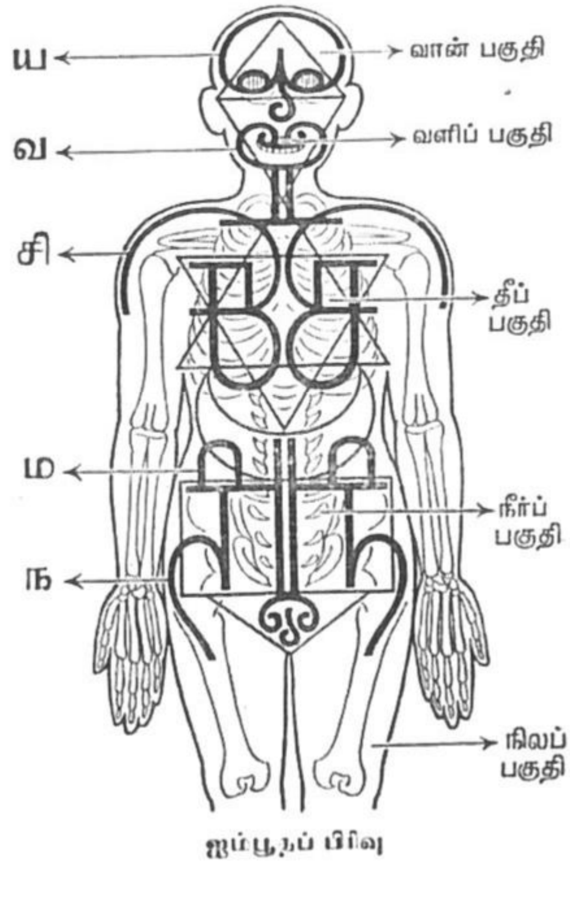
பெற்ற தாய்தனை மக மறந்தாலும்
பிள்ளையைப் பெரும் தாய் மறந்தாலும்
உற்ற தேகத்தை உயிர் மறந்தாலும்
உயிரை மேவிய உடல் மறந்தாலும்
கற்ற நெஞ்சகம் கலை மறந்தாலும்
கண்கள் நின்றிமைப்பது மறந்தாலும்
நற்றவத்தவர் உள்ளிருந் தோங்கும்
நமசிவாயத்தை நான் மறவேனே.

- வள்ளலார்

‘நமசிவய’ எனும் ஐந்தெழுத்தே பஞ்சாட்சரம் ஆகும். இதுவே ஈசனுக்குரிய மந்திரம். இம்மந்திரமே பஞ்ச பூதங்களாகி அண்டத்திலும்

பிண்டத்திலும் அமைந்து எங்கும் நிறைந்திருக்கிறது. இதனை தூல பஞ்சாட்சரம், சூக்கும பஞ்சாட்சரம், காரண பஞ்சாட்சரம், காரிய பஞ்சாட்சரம், மகாகாரண பஞ்சாட்சரம் எனும் அஞ்செழுத்தாகவும், ஐம்பத்தோர் அட்சரமாகவும் கூறுவார்கள். இவ்வாறு இறையாகவும் உலகாகவும், உயிராகவும், உடம்பாகவும் உள்ள நமசிவய என்ற அஞ்செழுத்தின் உண்மைகளை உணர்ந்து ஓதச் சொல்கிறார்கள் சித்தர்கள். நமசிவய என்ற அஞ்செழுத்தை நாயன்மார்களும், ஞானிகளும், சித்தர்களும் தங்கள் பாடல்கள் மூலம் அனைவர்க்கும் எடுத்து போதிக்கின்றார்கள்.

நமசிவய அஞ்செழுத்தும் நல்கும் மேல் நிலைகளும்
நமசிவய அஞ்சில் அஞ்சும் புராணமான மாயையும்
நமசிவய அஞ்செழுத்து நம்முளே இருக்கவே
நமசிவய உண்மையை நன்குரை செய் நாதனே.



ஐம்பூதப் பிரிவு

என்று சித்தர் சிவவாக்கியர் பாடி நம்முளே இருக்கும் நமசிவய உண்மையை நன்கு விளக்கி புரிய வையுங்கள் குருநாதர்களே என்கிறார். இப்போதோ யோகம், தியானம் கற்றுத்தரும் பல குருமார்கள் அஞ்செழுத்தின் உண்மையை உணர்ந்து கொள்ளவும்

இல்லை. தேடிவரும் சீடர் எவருக்கும் உணர்த்துவதும் இல்லை. குருவே நம என்பதே அஞ்செழுத்து என்றும் ஓம் என்பதை பிரிக்க முடியாது என்றும் அ, உ, ம் என்பதே பொய் என்றும் போதனைகள் செய்தும் உபதேசம் கொடுத்து யோகமும், தியானமும் சொல்லித்தருகின்றனர். மேலும் அகத்தியர் முதல் வள்ளலார் வரை உள்ள சித்தர்களும் ஞானசம்பந்தர், அப்பர், சுந்தரர், மாணிக்கவாசகர் என்ற நால்வர்களும் நமசிவய என்பதே அஞ்செழுத்து என உணர்த்தி பாடியருளியதை எல்லாம் பொய் என மறுத்து நூல்களும் எழுதி வெளியிட்டு முழு பூசணிக்காயை சோற்றில் மறைக்க எத்தனிக்கின்றார்கள். அவர்களை நம்பியும் எத்தனையோ சீடர்கள் வீண் போகின்றார்கள். இவர்கள் கற்ற கயவரன்றோ. இவ்வாறு உண்மையை உணர்த்தாத யோகமும், தியானமும் எவ்வாறு சித்தி பெறமுடியும். இவ்வாறு பொய் கூறும் குரு நாதர்களுக்கும் மாயை துணை நிற்கிறது. இது போன்ற பொய்யர்களின் பொய்யை ஒழித்து உண்மையை உணர முற்படுங்கள். நமசிவய உண்மைகளை இந்நூலில் நன்குணர்ந்து அந்த அஞ்செழுத்தின் துணைகொண்டு யோக ஞானத்தில் வெல்லுங்கள்.

இல்லக விளக்கது இருள் கெடுப்பது
சொல்லக விளக்கது சோதி உள்ளது
பல்லக விளக்கது பலரும் காண்பது
நல்லக விளக்கது நமசிவாயவே.

- அப்பர்



நமசிவய என்ற அஞ்செழுத்தே பஞ்சபூதங்களாக இப்பிரபஞ்சம் எங்கும் நிறைந்திருக்கிறது. 'ந' என்பது மண்ணையும்,'ம' என்பது நீரையும்,'சி' என்பது தீயையும்,'வ' என்பது காற்றையும்,'ய' என்பது ஆகாயத்தையும் குறிக்கும் அனாதியான மந்திரம். இது உடம்பில் ஆறு ஆதாரங்களில் தெய்வ சக்தியாக இருக்கிறது. தூல உடம்பில் மூலாதாரத்தில் ஓம் மந்திரத்தில் கணபதி வீற்றிருக்கின்றார். சுவாதிஸ்டானத்தில் 'ந' எனும் மந்திரத்தில் பிரம்மாவும் மணிபூரகத்தில் 'ம' எனும் மந்திரத்தில் விஷ்ணுவும் வீற்றுள்ளார்கள். 'சி' எனும் மந்திரத்தில் அநாகதத்தில் ருத்ரனும்,'வ' எனும் மந்திரத்தில் விசுத்தியில் மகேஸ்வரனும்,'ய' எனும் மந்திரத்தில் ஆஞ்ஞாவில் சதாசிவனும் இருக்கின்றார்கள். இதை சித்தர்கள் அனைவரும் சொல்லியுள்ளார்கள். இந்த அஞ்செழுத்தே சூட்சமத்தில் பஞ்சாட்சரமாக உயிரில் நிற்கிறது. அதே அஞ்சசெழுத்தே 'ந' என்பது தூலதேகமான மண்ணாகவும், 'ம' என்பது சூட்சம தேகமான நீராகவும், 'சி' என்பது ஒளி தேகமான நெருப்பாகவும், 'வ' என்பது ஒலி தேகமான காற்றாகவும், 'ய' என்பது மனோ தேகமான ஆகாயமாகவும் நமக்குள்ளே பொருந்தி இருக்கின்றது. இவ்வாறு நமசிவய என்ற அஞ்செழுத்தே நம் உடம்பிலும், உயிரிலும், மனதிலும் மெய்ப்பொருளாக அமைந்திருக்கின்றது என்ற உண்மையை அறிந்து கொள்ளுங்கள். ஆதலின் இறையாகவும், உலகாகவும், உயிராகவும் உள்ள பஞ்சாட்சரத்தை மறவாது ஓதி உய்யுங்கள். அந்த அஞ்செழுத்து மந்திரத்தை உச்சரித்து உபாசனை செய்து யோகமும் தியானமும் இயற்றுவதே வாசியோகம் என்பதை உணருங்கள்.

அந்தரத்தில் ஒன்றுமாய் அசைவு கால் இரண்டுமாய்
செந்தழலில் மூன்றுமாய் சிறந்தவப்பு நான்குமாய்
ஐந்துபாரில் ஐந்துமாய் அமர்ந்திருந்த நாதனை
சிந்தையில் தெளிந்து மாயை யாவர் காணவல்லரே.

-சிவவாக்கியர்

அண்டத்தில் உள்ளவை யாவும் பிண்டத்திலும் உள்ளது. அண்டமும் பிண்டமும் அஞ்செழுத்தால் ஆனதுவே. அண்டம் என்ற உலகமும் பிண்டம் என்ற உடம்பும் பஞ்ச பூதங்களால் உருவானதே. இவ்வுலகில் மண் பூதம் குறிஞ்சி, முல்லை, மருதம், நெய்தல், பாலை என்ற ஐந்து வகைகளாக உள்ளது. அதுபோலே நம் உடம்பிலும்

தோல், தசை, நரம்பு, எலும்பு, முடி என்ற ஐந்து வகைகளாகவே அமைந்துள்ளது. மண்ணால் ஆனதே உடம்பு.

நீர் பூதம் இவ்வுலகில் கடல் நீர், மழை நீர், ஆற்று நீர், ஊற்று நீர் என்று நான்கு வகைகளாக இருக்கின்றது. அதுபோலே நம் உடம்பிலும் இரத்தம், சிறுநீர், வியர்வை, எச்சில் என்று நீர்பூதம் நான்கு வகைகளாகவே அமைந்திருக்கின்றது.

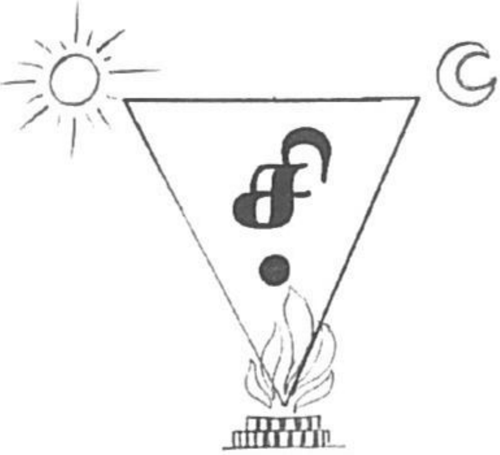
தீ பூதம் அண்டத்தில் சூரியன், சந்திரன், அக்னி என்ற மூன்று வகைகளாக இருக்கின்றது. அதுவே பிண்டத்தில் சூரிய மண்டலம், சந்திர மண்டலம், அக்னி மண்டலம் என்று மூன்று மண்டலங்களாக அமைந்து நிற்கின்றது. இந்த முத்தீயை அறிந்தால் தான் முத்தி அடையமுடியும். இந்த முத்தீ தான் நம்மில் கோபம், காமம், உஷ்ணம் என்று மூன்று வகைகளாக இயங்கிக் கொண்டுள்ளது. நாம் பற்ற வேண்டிய யோகமும், தியானமும், தீயே. அதுவே அனைத்திற்கும் காரணம் என்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள். இறைவனும் சோதி வடிவினனே. இறைவழிபாடுகள் யாவிலுமே தீமிதி, தீபம், சோதி என தீயைத்தான் காட்டி உணர்த்துவார்கள். பூதங்களில் "தீ"யும், ஐந்தெழுத்தில் "சி"யும் தான் இறைநிலை அடையும் கருப்பொருளாக இருப்பதை அறிந்து உணர்த்து கொள்ளுங்கள்.

காற்று பூதம் இப்பூவுலகில் புயல், தென்றல் என இரண்டு வகைகளாகவே இருக்கின்றது. அதுபோலவே நம்மிலும் உட்சுவாசம், வெளி சுவாசம் இரண்டாகவே இயங்கிக்கொண்டு இருக்கிறது. ஒவ்வொரு மனித உடம்பிலும் ஒரு நாளைக்கு 21600 சுவாசம் மூக்கின் வழியாக நடந்துவருகிறது. உள்ளிழுக்கும் சுவாசக்காற்று 8 அங்குல அளவும் வெளிவிடும் மூச்சுக்காற்று 12 அங்குல அளவும் நடந்துகொண்டு இருக்கின்றது. இவ்வாறு வெளிவிடும் மூச்சு ஒவ்வொன்றிலும் 4 அங்குலஅளவு உட்சுவாசமும் கலந்து வெளியேறி உயிர் காற்று விரயமாகிறது. இதனை அறிந்து கொண்டு மூச்சுக்கணக்கை மாற்றிப்போட்டு பிராணவாயு எனும் காற்றைப் பிடித்து உயிர்வளர்க்கும் கலை பிராணாயாமம் என்றும், உயிர் காற்றாகவும், உட்சுவாசமாகவும் இருந்து இயங்கிக்கொண்டுள்ள வாசியை அறிந்து அவ்வாசியினால் ஊதி உடலையும், உயிரையும் ஒன்றாக்கி இறைவனைச் சேரும் கலைக்கு வாசியோகம் என்றும் பெயர்வைத்து இந்த இரு யோகங்களையும் கற்றுத்தந்தனர் சித்தர்கள்.

ஆகாயம் என்ற பூதம் பிரபஞ்சம் முழுதும் ஒன்றாகவே இருக்கின்றது. இதுவே அனைத்திற்கும் ஆதாரமாகவும், பெரியதாகவும், ஏகமாகவும் உள்ள பூத தத்துவம் ஆகும். ஆகாயமாக நம் உடம்பில் அமைந்திருப்பதே மனம். வான் பற்றி நின்ற மறை பொருளாக உள்ள மனம் ஊண் பற்றி நின்ற உணர்வுறு மந்திரமாக உள்ளதை உணர்ந்து கொள்ளுங்கள். அறிவால் ஆராய்ந்து பார்த்தால் ஆகாயம் என்பது ஒன்றும் இல்லாத வெட்டவெளியே. ஆனால் அதற்குள் தான் சூரியன் சந்திரன் முதல் அனைத்து உலகங்களும் அமைந்து அடங்கியுள்ளது.

அதுபோல்தான் மனம் என்ற மந்திரத்தில் தான் அனைத்து சூட்சமங்களும் அடங்கியுள்ளது. இந்த மனம் செம்மையுறவே அஞ்செழுத்து மந்திரத்தை ஓதி உபாசிக்கச் சொல்லியுள்ளார்கள். ஆதலால் மனம் என்பது என்ன? அது உடம்பில் உள்ள இடம் எது? என்பதை அறிந்து கொண்டால்தான் மனம் எனும் மாட்டை இறைவன் பால் திருப்பி தியானிக்க முடியும். இவ்வாறெல்லாம் அமைந்திருக்கும் நமசிவாய உண்மைகளை நன்கு ஆராய்ந்து அறிந்து அதே மனதில் நன்கு பதிந்து வைத்துக் கொண்டு யோக சாதனைகள் செய்யுங்கள்.

இவ்வாறு சித்தர்கள் கூறும் அஞ்செழுத்தையே நான்கு வேதங்களும், சகல சாஸ்த்திரங்களும் சொல்வதை உணருங்கள். பஞ்ச பூதங்களில் காற்றைத் தவிர மற்றவைகளை நாம் பார்த்து அறிந்து கொள்ள முடியும். ஆனால் காற்றை உணரத்தான் முடியும். வானோடு மண்ணோ, நீரோடு நெருப்போ சேரமுடியாது. ஆனால் காற்றோ எல்லாவற்றிலும் சேரும் வல்லமை உள்ளது. காற்று மண்ணுடன் கலந்தால் புழுதியாகவும், நீரோடு கலந்தால் அலையாகவும், நெருப்போடு சேர்ந்தால் புகையாகவும், காற்றுடன் கலந்தால் புயலாகவும், ஆகாயத்தில் கலந்தால் வெளியாகவும் காட்சி தருவதை கண்டுணருங்கள். காற்றே கடவுள் என்று கோரக்கரும், மூச்சப்பா தெய்வமென்று சுழுமுனையைச் சொன்னார் என்று அகத்தியரும் வாசி என்னும் காற்றையே சொன்னார்கள். அந்த வாசி எனும் காற்றைப் பிடிக்கவும் கரகத்தடைக்கவும் கற்றுத்தரும் சாகாக்கல்வியே சித்தர்கள் வழிகாட்டும் வாசியோகம்.



அஞ்செழுத்திலே பிறந்து அஞ்செழுத்திலே வளர்ந்து
அஞ்செழுத்தை ஓதுகின்ற பஞ்சபூத பாவிகாள்
அஞ்செழுத்தில் ஓரெழுத்தை அறிந்து கூற வல்லிரேல்
அஞ்சல் அஞ்சல் என்று நாதன் அம்பலத்தில் ஆடுமே.

– சிவவாக்கியர்

நமசிவய எனும் அஞ்செழுத்தில் தான் உயிர் பிறந்து வளர்ந்தது. உயிர் உருவாவதற்கு முதலில் தாயும் தந்தையும் மனதிலேயே நினைத்துப் பார்த்தார்கள். அப்போதே உயிர்முதல் தேகம் எடுத்துவிடும். அப்படி அவர்கள் எண்ணத்தில் தோன்றியதே மனோதேகம் அல்லது ஞானதேகம் எனப்படும். அவ்வாறு ஆகாயமான "ய" எனும் எழுத்தில் தான் ஞானதேகம் பிறந்தது. அதுவே நமக்குள் வெளிக்குள் வெளியாகிய இடத்தில் சிவம் அல்லது பிரம்மம் என்று விளங்குவது. ஞானதேகம் பிறந்ததினால் காமத்தீ உண்டாகி உடம்பில் உஷ்ணமாகப் பெருகியதால் தீயான "சி" எனும் எழுத்தில் உருவான இரண்டாவது தேகம் ஒளிதேகம். இதுவே நம்முள் சிவனாகவும் அருட்பெருஞ்சோதியாகவும் இருக்கின்றது.

காமத்தீயினால் சிற்றின்ப செயலுக்கு ஆட்பட்டது உடம்பு. அசையும் செயலுக்கு "வ" எனும் எழுத்தில் காற்று செயல்பட்டது. அக்காற்று இயக்கத்தால் ஒலியாகி (அஉஇ) எனும் ஓங்காரத்தால் உருவான மூன்றாவது தேகம் பிரணவதேகம் அல்லது ஒலிதேகம். இத்தேகமே வாசியாக இருக்கின்றது. இம்மூன்று தேகங்களும்

அணுவிற்குள் அணுவாய் இருப்பதால் இவைகளுக்கு உருவம் இல்லை. இம்மூன்று எழுத்துக்களால் வெளிப்பட்டு சேர்ந்தது சுக்கிலம் சுரோணிதம் எனும் நீர்.

நீரே முதலில் உருவமாக தோன்றியது. நீராகிய "ம" எனும் எழுத்தாகி உருவிற்கு வந்ததே உயிராகிய சூட்சமதேகம். இதனையே சித்தர்கள் வாலை என்பார்கள்.

இந்நீதான் ஓரெழுத்தாகி அருகம்புல் பனித்துளி அளவில் நம்முள் மந்திரமாக ஆனது. இந்நீர் தாயின் கருவறையாகிய "ந" எனும் எழுத்தில் மண்ணில் வீழ்ந்து மெய்,வாய்,கண்,மூக்கு, செவி எனும் ஐம்புலன்களும் உண்டாகி பத்து மாதகாலம் தாய் வயிற்றில் முழுதாக வளர்ந்து பிறந்து வெளிவந்ததே தூலதேகமாகிய உடம்பு. இவ்வாறு யகாரத்தில் பிறந்து சிகாரத்தில் வந்து வகாரத்தில் கலந்து மகாரத்தில் உருவாகி நகாரத்தில் இருந்து பிறந்ததே உடம்பு. இவ்வாறு பஞ்சபூதங்களால் அஞ்செழுத்தாகி ஆன இவ்வுடம்பே நமசிவய எனும் பஞ்சாட்சரதேகம் என்பதை அறிவுறுத்தவே நம் முன்னோர்கள் உடம்பையே கோவிலாக வடிவமைத்து வழிபட வகுத்தனர். நம் உடம்பை நடமாடும் கோயில் என்பார் திருமூலர்.

ஆதலின் நமசிவய எனும் பஞ்சாட்சரத்தின் உண்மைகள் யாவையும் நன்கு அறிந்து உணர்ந்து கொள்ளுங்கள். பஞ்சாட்சரத்தை துணையாகக் கொண்டு அதையே உச்சரித்து உபாசியுங்கள். ஐந்தெழுத்தையே வாசியினால் ஓதி உய்வடையுங்கள். சிவயநம என செபம் செய்து தியானியுங்கள். அஞ்செழுத்தால் சிவனை உணர்ந்து சிவனை சேர்ந்து இன்புறுங்கள்.

காதலாகி கசிந்து கண்ணீர் மல்கி
ஓதுவார் தம்மை நன்னெறிக் குய்ப்பது
வேதம் நான்கிலும் மெய்ப்பொருளாவது
நாதன் நாமம் நமசிவாயவே

- சம்பந்தர் தேவாரம்

ஒருபொருள்

ஓரெழுத்து ஒருபொருள் உணரக் கூறிய
சீரெழுத்தாளரைச் சிதையச் செப்பினோர்
ஊரிடைச் சுணங்கனாய்ப் பிறந்திங் கோருசம்
பாரிடைக் கிருமியாய்ப் பழகுவர் மண்ணிலே

- திருமூலர்



ஓரெழுத்து, ஊமையெழுத்து, பேசாத மந்திரம், மௌன அட்சரம் என்று பரிபாஷையாக சித்தர்கள் சொன்னதை இதுதான் அது என விளக்கமாக விரித்துரைத்து, இறைவனே ஒரு பொருளாக உனக்குள் இருப்பதை உணரும் வண்ணம் உணர்த்திக் காட்டி உபதேசம் செய்பவரே உண்மை ஆசிரியர் ஆவார். அவர் அப்பொருள் சிகாரம் என்பதை அறிந்து அவ்வெழுத்திலேயே அல்லும் பகலும் அனவரதமும் அழுந்தி இருப்பார். இந்நிலையில் இருப்பவரே மற்றவர் உணர உணர்த்தமுடியும். அவ்வாறு உண்மையை உணர்த்திய அக்குருவை உலக மாயையில் சிக்கி அவர் மனம் சிதையும் வண்ணம் பேசியவர்கள் இவ்வுலகில் தோன்றும் விஷக்கிருமிகள் ஆவார்கள். அவர்கள் இப்பிறவியில் செய்த இப்பாவத்தினால் நோய்களால் பீடிக்கப்பட்டு இறப்பார்கள். அவர்கள் மறுபிறப்பில் அவ்வூரில் ஒரு நோயாளியாகவே பிறந்து உடல் உறுப்புகள் சுணங்கிப்போய் ஊனமுற்றவராக ஆயுள் முழுதும் வாழ்ந்து இம்மண்ணில் மடிவார்கள். இப்பாவத்திற்கு ஏழு ஜன்மத்திலும் இறவாநிலை கிடைக்காது என திருமூலர் எச்சிரிக்கின்றார்.

மனிதனாகப் பிறந்ததின் பயனே ஒரு பொருளாய் உள்ள இறைவனை மெய்ப்பொருள் என அறிவதுவே. இந்த ஒரு பொருள் உனக்குள் இருப்பதனாலேயே இம்மானிடப்பிறப்பு அரிதாகியது. இதனை சித்தர்கள் யாவறும் 'அது''பொருள்''மெய்ப்பொருள்' என்று பரிபாஷையால் உணர்த்துவர். வேதங்களும் சாஸ்த்திரங்களும் 'பரம்பொருள்''பிரம்மம்''பூஜ்யம்' என்று போதிக்கும். இந்த ஒரு பொருளுக்கு பல பெயர்களைச் சூட்டி உபதேசிப்பர் ஞான குருநாதர்கள். உலகம் முழுதும் உள்ள மதங்கள் யாவும் இந்த ஒரு

பொருளைத்தான் தம் தம் இறையாக உபதேசிக்கும். ஞானியர் அனைவரும் இந்த ஒரு பொருளையே "அறிவு" என்றும் "ஞானம்" என்றும்

"வெட்டவெளி" என்றும் கூறுவர். இந்த ஒரு பொருளை அறியாமல் செய்யும் யோக தியானங்கள் முழுபலனையும் அடையாது. இந்த ஒரு பொருளை தனக்குள் அறிந்து கொண்டால் இறைவனை அடைவது எளிது. இவ்வாறு அனைத்து அருளாளர்களும் அறிவிக்கும் ஒன்றான மெய்ப்பொருள் உனக்குள்ளே தான் இருக்கின்றது.

அந்த மெய்ப்பொருளை மெய்யறிவால் மெய்யுணர்வால் அறிய முயல்வோம். சூடசத்துக்கெல்லாம் சூட்சமான அப்பொருளை அறிவால்தான் அறிய முடியும். எல்லாத் தத்துவங்களும் ஒன்றாய் பொருந்தி அமைந்திருக்கும் அப்பொருளை முற்பிறவியில் புண்ணிய தவம் செய்தவர்களும் விட்டகுறை உள்ளவர்கள் மட்டுமே உணர்ந்து பிறவிப்பயன் பெறுவார்கள். அறிவால் அறிகின்ற மெய்ப்பொருளை அறிந்து உணர்வால் உணரும் யோக ஞான சாதனைகளை புரிந்து இறைவனைச்சேரும் இறவாநிலையே சித்தர்கள் வழிகாட்டும் வாசியோகம். ஆதலின் இந்த மெய்ப்பொருள் என்பது எது? மெய்ப்பொருளுக்கும் கடவுளுக்கும் உள்ள சம்பந்தம் யாது? உலகிற்கும் மெய்ப்பொருளுக்கும் உள்ள தொடர்பு என்ன? உயிர் எனும் நான் தத்துவம் எது? அம்மெய்ப்பொருள் உடம்பில் எங்குள்ளது? என்பவை எல்லாம் நம் சித்தத்தில் தீர விசாரித்து அறிய வேண்டும். விளக்கக் கடினமான ஒன்றான பொருளை சொற்களால் விவரிப்பது என்பது எளிதான காரியமில்லை. இதை அவரவர் அறிவால் உணர்வால் அனுபவத்தால் அறிந்து தெளிவுடன் வாசியும், தியானமும் செய்ய வேண்டும்.

செத்திடமும் பிறந்திடமும் இனிச்சாவா திருந்திடமும்
இத்தனையும் அறியாதார் அறியும் அறிவு எவ்வறிவோ
ஒத்தநிலம் ஒத்தபொருள் ஒரு பொருளாம் பெரும் பயனை
அத்தன் எனக்கருளியவாறு யார்பெறுவார் அச்சோவே

இது திருவாசகத்தின் ஓசை. தன் உடம்பை விட்டு உயிர் போனது எந்த இடத்தில்? உயிரானது பிறந்தது எந்த இடத்தில்? இனியாவது சாகாமல் இறவாநிலை பெற நிற்க வேண்டிய இடம் எது? இந்த மூன்று இடங்களையும் அறிந்து கொள்ளாதவர்களது அறிவு என்ன

அறிவோ? அது எத்தனை கற்றிருந்தாலும் உண்மை அறிவு ஆகாது. செத்திடம், பிறந்திடம், சாவாதிருந்திடம் என்ற இம்மூன்று இடங்களையும் அறிந்தவர்களே மெய்ப்பொருளை அறிவார்கள். அது உலகில் வாழும் அனைவர்க்கும் பொதுவாக ஒரே அளவு கொண்டு விளங்கும் இடம். நல்லார்க்கும், பொல்லார்க்கும் நடுவாக நிற்கும் சமமான பொருள். அதில் ஒரு பொருளே மெய்ப்பொருள். அதுவே பிறவியில் அடையும் பெரும் பயன் என்பதை எனை ஆளும் ஈசன் எனக்கு அருள்செய்து உபதேசித்த மெய்ப்பொருளை வேறு யாரால் பெறமுடியும். அதுவே நமக்குள் அச்சாக அமைந்திருப்பதை அறிந்து கொள் என்பார் மாணிக்கவாசகர்.

வேதம் நான்கிலும் மெய்ப்பொருளாவது என்பார் ஞான சம்பந்தர். ரிக்வேதம் "பிரக்ஞானம் பிரம்மம்" என்றும், யஜுர்வேதம்"அஹம் பிரம்மம்" என்றும் சாமவேதம் "தத்வமஸி"என்றும் அதர்வணவேதம் "அயம் ஆத்மா பிரம்மம்" என்றும் ஒருபொருளைத் தான் உபதேசம் செய்கின்றது. பிரம்மம் என்பதே மெய்ப்பொருள். வேதம் கூறும் பிரம்மமே சித்தர்கள் கூறும் மெய்ப்பொருள் என்பதை அறிந்து அவ்வேத உட்பொருளை நன்கு படித்து ஆராய்ந்து உணர்ந்து கொள்ளுங்கள். வேதாந்தமும் சித்தாந்தமும் அந்த ஒரு பொருளைத்தான் ஆதி அந்தமாக சொல்கின்றது. ஆதி சங்கரர் "அத்வைதம்" எனவும் மத்வர் "துவைதம்" எனவும் இராமனுஜர் "விசிஷ்டாத்வைதம்" எனவும் போதனை செய்து உபதேசித்த பொருள் ஒன்றுதான். இதைப்போலவே எல்லா தர்மசாஸ்த்திரங்களும் ஸ்தோத்திரங்களும் அந்த ஒரு பொருளைத்தான் ஓங்கி உரைக்கின்றது. இதனை அறிந்தவரைவிட அறியாதவர்கள் தான் கற்றதை எல்லாம் கொண்டு இது குறித்து பேசும் வார்த்தைகளில் இருந்தே வெளிப்படும் உண்மைகள் ஏராளமாய் இருக்கும். ஆதலால் வேதாந்திகளும் ஞானிகளும் சித்தர்களும் உபதேசிக்கும் உண்மைப்பொருள் ஒன்றே என்பதை உணர்ந்து அது நம் உடம்பிலே இருப்பதை அறிந்து அப்பரம்பொருளையே பற்றி நில்லுங்கள்.

குரு சீடர் பரம்பரையாக மட்டுமே இரகசியமாக இருந்து வந்த இம்மெய்ப்பொருள் உண்மை வள்ளலார் காலத்திற்கு பிறகு இவ்வுலகில் வெளிப்படத் தொடங்கியது. குமரிமுனையிலிருந்து இமயமலை வரை இவ்வுண்மையை வெளிப்படுத்தும் குருநாதர்கள் இப்போது பலர் இருக்கிறார்கள். இவர்களிடம் தீட்சை பெற்றவர்கள் பல்லாயிரக்கணக்கில் இருந்து கொண்டிருக்கிறார்கள். இவர்களில்

பல்லோர் அறிவை அறிந்திருந்தும் ஏதோ ஒரு மாயையில் வீழ்ந்து அறிவீலிகளாகவே இருந்து வருகிறார்கள். இந்த ஒரு பொருள் கிடைத்தால் யாவையுமே அடைந்து விடலாம் என்று மனக்கணக்குப் போட்டு ஆசை கொண்டு வருபவர்களுக்கு இது ஏமாற்று பொருளாக மாறிவிடும். பிறவிப்பயனாகிய மெய்ப்பொருளை பெற்றால் மட்டும் போதுமா? இப்பிறவியிலேயே இறவாநிலை என்னும் பலனை அடைய வாசி வேண்டாமா? ஆதலால் ஒன்றைப் பெற்றவர்கள் மற்றொன்றை அறியாமல் இருப்பதால் உண்மை நிலை அடைய முடியாது தவிக்கிறார்கள். அதனால் மெய்ப்பொருளில் வாசியை செலுத்தி செய்யும் யோகத்தையும் அறிந்து கொள்ளவே வாசி யோகத்தை சாகாக்கல்வியாக வழங்கினார்கள் சித்தர்கள்.

"உடலுக்குள் நீ நின்று உலாவினதைக் காணாமல்
கடல் மலைதோறும் அலைந்து கால் அலுத்தேன் பூரணமே"

என்றுபட்டிணத்தாரும்,

"காசினி எலாம் நடந்து கால் ஓய்ந்து போகாமல் வாசிதனில் ஏறி வருவதினி எக்காலம்" என்று பத்ரகிரியாரும் புலம்புவதைப் பாருங்கள். ஆதலால் தனக்குள் இருக்கும் மெய்ப்பொருளே இறைவன் என்பதை அறிய அறிந்தாருடன் கூடி சத்சங்கம், சத்விசாரம் செய்து தெளியுங்கள். சிந்தை தெளிந்தபின் அனுபூதி பெற வாசியை நாடுங்கள்.

உலகில் தோன்றிய எல்லா மதங்களும் இந்த ஒரு பொருளையே சூட்சமமாகவும், வெளிப்படையாகவும் சொல்வதை நாம் அறிந்து கொண்டோமா. மாயையினால் தான் நாம் அதனை புரிந்து கொள்ளாமலேயே வாழ்ந்து வருகிறோம். உலகம் யாவிற்கும் பொதுவாக நின்ற ஒரு பொருளை அது அழியாத ஆன்மாவாக

நமக்குள் அமர்ந்திருப்பதை அறிவதுவே ஞானம். இதனை தனக்குள்ளேயே தேடி அடைய வேண்டும். அடைந்தபின் அதைவிட்டு அகலாது யோக தியானம் செய்ய வேண்டும். உடலையும், உயிரையும் இணைக்கும் வாசியினால் மெய்ப்பொருளில் சேர்த்து மூன்றையும் ஒன்றாக்கி மௌனநிலையில் நிற்க வேண்டும். அதற்குரிய மெய்வழியே வாசியோகம்.

வள்ளற்பெருமான் இது மறைபொருள் என்றும் இதை ஆதியில் மறைத்தவன் வல்லவன் என்றும் சொல்வார். இப்பொருளை அறிவிக்கும் ஆற்றல் ஆண்டவன் ஒருவனுக்கே உள்ளது. இப்பொருளே மணி, மந்திர ஔஷதமாக இருப்பதாக சித்தர்கள் இயம்புவர். ஆகையினால் இந்த முப்பொருளும் ஒரு பொருளாகி நம்முளே அமைந்திருப்பதை ஆழ்ந்து ஆராய்ந்து அறிவால் அறியுங்கள்.

தானாகி தானல்லது ஒன்றுமில்லாத்
தன்மையனாய் எவ்வெவைக்குந் தலைவனாகி
வானாகி வளி அனலாய் நீருமாகி
மலர்தலைய உலகாகி மற்றுமாகித்
தேனாகி தேனின் நறுஞ்சுவையதாகித்
தீஞ்சுவையின் பயனாகித் தேடுகின்ற
நானாகி என் இறையாய் நின்றோய் நின்னை
நாயடியேன் எவ்வாறு நவிற்றுமாறே

இவ்வாறு அந்த ஒரு பொருளை வெளிப்படையாக சொல்லக்கூடாது என்று சொன்னதற்கு காரணம் புண்ணிய பலனை இழந்து பாவத்தை அடையக்கூடாது என்ற நல்எண்ணமே. இருப்பினும் நல்லோர்கள் அப்பொருளை அறியும் வண்ணமும் அது தனக்குள் இருக்கும் இடத்தை உணரும் வண்ணமும் தங்கள் பாடல்களில் பாடி வைத்திருப்பதை விசாரம் செய்து தெரிந்து கொள்ளுங்கள். அது அறிவிக்க அறியும் பொருள். "மெய்ப்பொருள் இரண்டு வடிவங்களில் உள்ளது. ஒன்று அருவம் மற்றொன்று உருவம். ஒன்று அழிவது மற்றொன்று இறவாநிலை பெற்றது. ஒன்று அசைவது மற்றொன்று அசைவற்றது. ஒன்று உளதாயிருப்பது மற்றொன்று இருப்புணர்வு" என்று உபநிடதம் பேசுகிறது. அவ்வாறே நமக்குள் இருப்புணர்வாக இருக்கும் பொருளைக் கொண்டே அருவமான பிரம்மத்தை அறிந்து கொள்ளுங்கள்.'பிரம்மம்'எனும் சிவமே இறவாநிலை தரும் பொருள்.

வானுக்குள் ஈசனைத் தேடும் மருளர்காள்
தேனுக்குள் இன்பம் சிவப்போ கருப்போ
தேனுக்குள் இன்பம் சிறந்திருந்தாற் போல்
ஊனுக்குள் ஈசன் ஒளிந்திருந்தானே

-திருமூலர்



நம் உடலுக்குள் இறைவன் ஒரு பொருளாக மறைந்து இருக்கிறான் என்பதையே சித்தர்கள் வலியுறுத்தி சொல்வர். பகவத்கீதையில் ஸ்ரீகிருஷ்ணபகவான் ''எவன் ஒருவன் இறக்கும் தருவாயில் புருவ மத்தியில் என்னை நினைக்கின்றானோ அவன் மீண்டும் பிறப்பதில்லை'' என்று கூறுகிறார். அனைத்து மகான்களும் மெய்ப்பொருள் இருபுருவ மத்தியில் இருப்பதாகவும் இறைவன் இருதயக் கமலத்தில் இருப்பதாகவும் கூறுகிறார்கள். இருபுருவமத்தியில் என்று சொல்வது புருவமத்தியில் இரு என்றே அர்த்தம். அதுபோல இருதயக்கமலம் என்பது இருஉதயக்கமலம் என்பதே பொருள். அதாவது உதயமாகும் கமலத்தில் இரு என்பதைத்தான் சித்தர்கள் பரிபாஷையில் சொன்னார்கள். உண்மையில் இவை இரண்டும் மெய்ப்பொருள் உலாவும் ஒரே இடம்தான். பரிபாஷை புரியாமல் அதுதான் இது என்று கூறி

மூலையிலும், இதயத்திலும், ஆஞ்ஞாவிலும் நினைவை நிறுத்த தியானம் கற்றுக்கொடுப்பதும் அதுவே உண்மை என நம்பி தியானம் செய்வதும் இறவாநிலைக்கு உதவாது. உண்மை ஒருபொருள் என அறிந்தபின் அவைகள் யாவும் பொய்யாகிப் போகும். ஆதலால் மெய்ப்பொருளையும் அது இருக்கும் புருவமத்தி எனும் மெய்யான இடத்தையும் மெய்யாகிய உடம்பில் மெய்யாக அறிந்து கொண்டு இயற்றும் தியானமே இறைவனிடம் இட்டுப்போகும் என்ற உண்மையை உணர்ந்து யோக ஞான சாதனைகளை செய்யுங்கள். இந்த ஒரு இடத்தையன்றி வேறு எந்த இடத்தில் செய்யும் பயிற்சியும் திருமூலர் சொல்வது போல் குருட்டாத்தையே ஒப்பும்.

சிற்றம்பலமும் சிவமும் அருகிருக்க
வெற்றம்பலத்தை தேடி விட்டோமே என்று பட்டிணத்தார் பாடும் சிற்றம்பலமே புருவமத்தி என அறியுங்கள்.

பாரடா புருவமத்தி ஏதென்றாக்கால்
பரப்பிரம மானதோர் அண்ட உச்சி
நேரடா முன்சொன்ன நரம்பு மத்தி
நிலைத்ததடா சுழுனையென்று நினைவாய்ப்பாரு
வீரடா அண்ணாக்கில் நேரே மைந்தா
மேவடா மனந்தனையுஞ் செலுத்தும்போது
காரடா சுழுனையிலே மனந்தான் பாய்ந்து
கலந்து ஐந்து பூதமுந்தான் ஒன்றாய்ப்போமே.

ஸ்ரீகாகபுஜண்டர் **"புருவமத்தி என்பது ஏது என்றால்** பரபிரம்மம் **இருக்கும் இடம். அது ஒன்றான அண்ட உச்சியில் இருப்பது. அது நரம்பின் மத்தியில் இருப்பது போன்ற இடுக்கான நுட்பமான வாசல். அதுவே சுழுமுனை என்பதை அறிந்து நினைவை நிலை நிறுத்து. அதுவே அண்ணாக்கு என்பதால் அதன் நேர் வழியான உண்ணாக்கில் மனதையே வாசியாக்கி செலுத்து. அப்போது சுழுமுனை வழியே வாசி பாய்ந்து மெய்ப்பொருளில் கலக்கும். அங்கேயே ஐந்து பூதங்களும் ஒன்றாகி இருப்பதை அறிந்து கொள்"** என்று பாடி உணர்த்துகிறார். ஆதலால் புருவமத்தியே தன்னை அறியும் தலம் என்பதை நன்கு அறியுங்கள். பீர்முகம்மது அவர்கள் குறவஞ்சியில்

தன்னை அறியும் தலமேது சொல்லடி சிங்கி – அது
கண்ணிடையான நடுநிலை அல்லவோ சிங்கா

எனவும் அந்த இடத்தை உணர்த்துகிறார். திருமூலர் முதல் வள்ளலார் வரை உள்ள சித்தர்கள் கூறும் புருவமத்தி எந்த இடம் என்பதை சுயமாக சிந்தியுங்கள். அந்த இடமே சிற்றம்பலம் என்பதையும் அண்ட உச்சி என்பதையும் உணர்ந்து அங்குள்ள மெய்ப்பொருளைச் சேர வாசியோகம் செய்யுங்கள்.

வேத விதிப்படி நில்லு - நல்லோர்
மேவும் வழியினை வேண்டியே செல்லு
சாத நிலைமையே சொல்லு – பொல்லாச்
சண்டாளக் கோபத்தைச் சாதித்துக் கொல்லு

- கடுவெளி சித்தர்

வேதம் இந்த ஒரு பொருளையே அது எனக்கூறி அது உனக்குள் கண்ணுக்கு கண்ணாகவும், காதுக்கு காதாகவும், பேச்சுக்கு பேச்சாகவும், மூச்சுக்கு மூச்சாகவும் இருக்கின்றது. நீயே உன் சுய முயற்சியால் அதை அறிந்து கொள் என்று உபதேசிக்கின்றது. எங்கும் ஊடுருவி நிற்கும் அந்த ஒருபொருள் மட்டும் எந்த மாறுபாட்டையும் அடைவதில்லை. ஒவ்வொரு ஜீவனும் அதன் தன்மைக்கேற்றவாறு உடம்பும், உருவமும் பெற்று இருக்கின்றது. அதனால் பல பெயர்களை வைத்து தனித்தனியாக பெயர் சொல்லி அழைக்கின்றோம். ஆனால் உண்மைத் தத்துவம் அனைத்து ஜீவராசிகளுக்கும் ஒன்றாகவே அமைந்திருக்கிறது. அதன் அடிப்படையை உணர்ந்து கொண்டு பார்த்தோமானால் ஒரே மெய்ப்பொருளை தான் உண்மை என அறிவோம். அதை அறிந்து நான் என்ற ஆணவ அகங்காரத்தை விட்டு நான் என்று நின்ற உண்மைத்தத்துவத்தை உணர்ந்தால் நானே கடவுள் என்ற நிலை அடையலாம்.

ஸ்தூலத்திற்கும் அந்த சூட்சமப்பொருளுக்கும் உள்ள உறவை தெள்ளத்தெளிவாகத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். மெய்ப்பொருள் நம் உடம்பில் ஆகாயமாக உள்ள இடத்தில் இருப்பது. உடம்பு குற்றங்கள் செய்த போதிலும் வெளியாக அப்பொருள் ஒரே நிலையில் சுத்தமானதாகவும் அமைதியாகவும் இருக்கிறது. ஆகாயத்தில் கறை ஏற்படுத்த எவராலும் இயலாது. அதுபோலவே உனக்குள் வெளிக்குள் வெளியாக இருக்கும் மெய்ப்பொருளை எவராலும், எதனாலும் அழுக்குப்படுத்த முடியாது. அது ஒளியாகி சோதியுள் சோதியாகி இருக்கின்றது. உலக மக்கள் இதைத் தெரிந்து கொள்ளாது போனாலும் அவர்களுக்குள்ளும் அந்த தெய்வ ஒளி இருக்கத்தான் செய்கிறது. அந்த ஒரு பொருளை ஆன்மிகத்தெளிவின் மூலம்தான் அறிந்து கொள்ள இயலும். அந்த நித்தியமான மெய்ப்பொருள் தெரிந்தது தெரியாதது காண்பது காணாதது என எல்லாவற்றுக்கும் அப்பால் உள்ளது என்றால் அது பார்க்கும் அல்லது எதையும் தெரிந்து கொள்ளும் பொருளைத் தவிர வேறு

எதுவாக இருக்கமுடியும் என்பதை சிந்தித்து தெளியுங்கள். பார்க்கிற அந்தப் பொருளுக்கு எல்லாமும் தெரியும் என்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள். அந்த நித்தியப் பொருளைப் பார்த்து வாசியோகமும் தியானமும் செய்பவனே சிறந்த சாதகன்.

கண்டதெலாம் அநித்தியமே கேட்டதெலாம் பழுதே
கற்றதெல்லாம் பொய்யே நீர் களித்ததெலாம் வீணே
உண்டதெலாம் மலமே உட்கொண்டதெலாம் குறையே
உலகியலீர் இதுவரையில் உண்மை அறிந்திலரே
விண்டதனால் என்பயன்? இனிநீர் சமரச சன்மார்க்க
மெய்நெறியைக் கடைப்பிடித்து மெய்ப்பொருள் நன்குணர்ந்தே
எண்டகு சிற்றம்பலத்தே எந்தை அருள் அடைமின்
இறவாதவரம் பெறலாம் இன்பமுறலாமே

வள்ளலார் இந்த ஒரு பாடலில் சொல்லிய செய்திகளையே நான் இந்நூல் முழுதும் விவரித்து எழுதியுள்ளேன். நமக்குள் ஒளியாகவுள்ள சோதியையும் ஒலியாக உள்ள வாசியையும் வெளியாக உள்ள உள்ளத்தையும் உணருங்கள். அங்கு நித்தியப் பொருளாக இருக்கும் ஒன்றே மெய்ப்பொருள் என்பதை அறியுங்கள். அதுவே நம்முள் மையமாக மருந்தாக இருக்கும் வாசி. அந்த ஒன்றையே பற்றி உண்மையான யோக ஞான சாதனைகளை பயிலுங்கள். இதுவே இறவாநிலை பெறும் வழி.

கண்களால் காண்பதும் பொய். காதால் கேட்பதும் பொய். தீர விசாரிப்பதே மெய் என்பர் பெரியோர். ஆதலின் இந்த ஒரு பொருளை சித்தர்கள் நூல்களிலும் வேத உபநிடதங்களிலும் தேவார திருவாசகப்பாடல்களிலும் படித்து நன்கு ஆராய்ந்து சத்சங்கம் கூடி தீர விசாரம் செய்யுங்கள். உங்களுக்குள் மெய்பொருளையும் அது இருக்கும் இடமாகிய வீட்டையும் அறிந்து கொள்ளுங்கள். இதனை மாணிக்கவாசகர்,

“ஒருருவம் ஓர்நாமம் இல்லார்க்கு ஆயிரம் நாமங்கள் சொல்லி தெள்ளேனம் கொட்டோமோ” எனப்பாடுவார். ஒரே இறைவனுக்கு ஆயிரம் பெயர்கள் இருப்பது போல் இந்த ஒரு பொருளுக்கு சித்தர்களும் ஞானிகளும் பல பெயர்களை குறிப்பிடுவார்கள். அந்த சூட்சமமான இடத்தை உங்களுக்குள் அறிந்துகொண்டு ஒன்றையே பற்றி தியானியுங்கள்.

பொருளாக் கண்ட பொருள் எவைக்கும் முதல்
 பொருள் ஆகிப் போதம் ஆகித்
தெருள் ஆகிக் கருதும் அன்பர் மடிதீரப்
 பருக வந்த செழுந்தேன் ஆகி
அருள் ஆனோர்க்கு அகம்புறம் என்று உன்னாத
 பூரண ஆனந்தம் ஆகி
இருள் தீர விளங்கு பொருள் யாது? அந்தப்
 பொருளினை யாம் இறைஞ்சி நிற்போம்

- தாயுமானவர்

இருள்தீர விளங்கும் ஒளியே ஒரு பொருளாக நம்முள் அருட்பெருஞ்சோதியாக விளங்குகின்றது. இவ்வொளியையே திருமூலர் குருட்டினை நீக்கும் குரு எனச் சொல்கிறார். உனக்குள் இருக்கும் உண்மை ஒளி சிறிய ஒளி. அதன் உண்மை அழகும் பெருமையும் நன்கு எல்லாவகையிலும் மறைக்கப்பட்டுள்ளது. அதனால் தான் எவ்வளவு பெரிய படிப்பு படித்தவர்களாலும் இப்பொருளை அறிய முடிவதில்லை. உண்மைப்பொருள் இதுவென்றும் உண்மைப்பயிற்சி இதுதான் என்றும் எவரும் சொல்லிக்கொடுக்காத காரணத்தினால் மெய்சாதகர்களும் இதை அறிய முடியாமல் போகிறது. உன் உள் பக்கம் கண்களைச் செலுத்தினால் போதும். அப்பொருள் ஒளி உன் உள்ளேயே ஒரு பொருளாக அமர்ந்திருப்பதைக் காணலாம். தலையை நேராக நிமிர்த்தி உடல் வளையாமல் தியானத்தில் அமரு. உள்ளே உன் பார்வையை திருப்பு. நீ தேடும் பொருளும் குருவும் உன் எதிரே. உலகில் உள்ள பெரும் மதங்கள் எல்லாம் இந்த உண்மையைத்தான் எடுத்துச்சொல்கின்றது. சித்தர்களும் ஞானிகளும் அது உண்மை உண்மையே என்று ஒப்புக் கொள்கிறார்கள்.

மண்ணைத் தோண்டி பொன்னை எடுப்பது போல் உன்னைத் தோண்டி மெய்ப்பொருளை காணுமாறு சொல்கிறார்கள் சித்தர்கள். இதுவே சொக்கத்தங்கம். இதனை கடுவெளி சித்தர் "சந்தேகமில்லாத தங்கம் அதைச் சார்ந்து கொண்டாலே பெறலாம் பேரங்கம்" என்பார். இந்த ஒரு பொருளை அறிய ஆன்மிகப்பாதையில் வாழ்ந்து வந்த நான் பற்பல நூல்களைப் படித்து ஆராய்ந்தும் பலகுருநாதர்களிடம் உபதேசம் பெற்றும், பனிரெண்டு ஆண்டுகள் பிராணாயாமம் செய்து வந்தும் அறிய முடியவில்லை. என் உண்மையான தாகத்தையும் தேடுதலையும் கண்டு கொண்ட என் ஈசன் ஐயப்பனாக வந்து

இப்பொருளை உபதேசித்தான். மேலும் என் இறைவனே சித்தர் உருவில் வந்து சாகாக்கல்வியாகிய வாசியோகம் என்ற கலையையும் கற்றுக்கொடுத்தான். அது முதல் பதினெட்டு ஆண்டுகள் இந்த யோகத்தையும் மெய்ப்பொருள் தியானத்தையும் உண்மையாக செய்து பாடுபட்டு வந்தேன். அதன் பிறகே இறைவன் அருளிய வண்ணம் மணி, மந்திர, ஔஷத தீட்சையை நல்ல ஆத்மாக்களுக்கும் வழங்கி நானும் அதையே பின்பற்றி இறவாநிலையடைய முயற்சித்து வருகிறேன். உங்களையும் உண்மையில் உழைக்கவே இதை உணர்த்தி எழுதுகின்றேன். நெல்லுக்கு பாயும் நீர் புல்லுக்கும் பாய்வது இயற்கை என்பதால் நல்லவர்க்கு சொல்லும் உண்மை சில தீயவர்களையும் என் மூலம் சென்றடைந்தது. என்னைப் போல் தேடாது இதை அடைந்ததினால் அவர்கள் இதை வைத்தே குருவாகி சுகமாக வாழ்ந்து வருகின்றனர். இன்னும் சிலர் இதை வைரக்கல் என உணராது கண்ணாடிக்கல் என்று தூக்கி எறிந்துவிடுகின்றனர். இருப்பினும் பல நல்ல உயிர்கள் என்னோடு சேர்ந்து பாடுபட்டு வருகின்றனர். நல்லதற்கும் கெட்டதற்கும் இறுதிக்காலத்தில் இறைவன் தீர்ப்புப்படியே இப்பிறவி முடியும் என்பதை உணர்ந்து இறைவன் ஒருவனையே நம்பி உண்மையில் உழைத்திடுங்கள். சொல்லக்கூடாத ஒரு பொருளின் உண்மை இரகசியங்கள் யாவையும் எளியேன் உணர்ந்ததைக் கொண்டும் கற்று அறிந்ததைக் கொண்டு ஓரளவே இந்நூலில் சொல்லியுள்ளேன். மற்ற அனைத்தையும் தாங்களே சுய முயற்சியினால் சுதந்திரமாக பயிற்சிகளை பயின்று அறிந்து கொள்ளுங்கள். கண்டாரும் கிடையாது விண்டாரும் சொன்னதில்லை எனப்பாடும் நந்தனார் அடுத்த வரியிலேயே, **"அண்டாண்ட கோடி எல்லாம் ஒன்றாய் சமைந்திருக்கும் அல்லவோ என சுட்டிக்காட்டுவார்"**. இந்த ஒரு பொருள் ஒன்றே உண்மையென்று உணர்ந்து பற்றுவீர்.



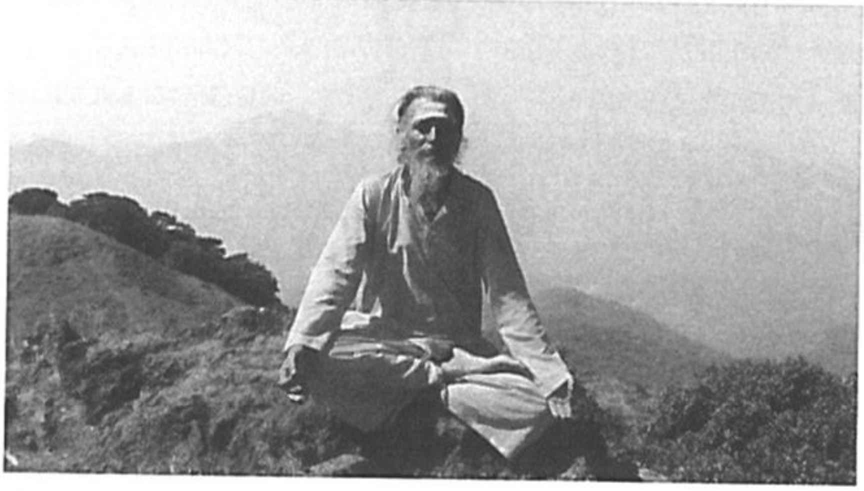
பூதலயம் ஆகின்ற மாயை முதல் என்பர் சிலர்
பொறிபுலன் அடங்கும் இடமே பொருள் என்பர் சிலர்
கரணமுடிவு என்பர் சிலர்; குணம் போன இடம் என்பர் சிலபேர்
நாதவடிவு என்பர் சிலர்; விந்து மயம் என்பர் சிலர் ; நட்டநடுவே நின்ற

நாம் என்பர் சிலர் ; உருவமாம் என்பர் சிலர் ;கருதிநாடில் அருஎன்பர் சிலர்
பேதம் அற உயிர் கெட்ட நிலையம் என்றிடுவர் சிலர் ; பேசில்
அருள் என்பர் சிலபேர் ; பின்னும் முன்னும் கெட்ட சூனியம் அது என்பர் சிலர்
பிறவுமே மொழிவர்; இவையால் பாதரசமாய் மனது சஞ்சலப்படும் அலால்
பரம நி' 'டை பெறுமோ? பார்க்கும் இடம் எங்கும் ஒரு நீக்கமற நிறைகின்ற
பரிபூரணானந்தமே.

என்னும் தாயுமானவரின் வாக்கை ஆராய்ந்து அப்பொருள் உண்மையை உங்களுக்குள் உணர்ந்து கொள்ளுங்கள். இதனை ஒன்றென்றும் அது நம்முள் உளதென்றும் அறிந்து கொண்டு யோக தியானத்தைத் தொடருங்கள்.

ஆந்திராவில் வாழ்ந்த அன்னமாச்சாரி எனும் பக்தயோகி தம் பாடலில் சொல்லி பாடிய பொருள் ஒன்றே அது பிரம்மம் என்பார்.

பிரமம் ஒன்றுதான் பரப்பிரமம் ஒன்றுதான்
பரப்பிரமம் ஒன்றுதான் பரப்பிரமம் ஒன்றுதான்
நல்லார்க்கும் பொல்லார்க்கும் பிரமம் ஒன்றுதான்
நாதத்திலும் வேதத்திலும் பிரமம் ஒன்றுதான்
பரப்பிரமம் ஒன்றுதான்
பரப்பிரமம் ஒன்றுதான் பரப்பிரமம் ஒன்றுதான்
பரப்பிரமம் ஒன்றுதான் பரப்பிரமம் ஒன்றுதான்



உடல்



உடம்பார் அழியின் உயிரார் அழிவார்
திடம்பட ஞானம் சேரவும் மாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே

- திருமூலர்

மனிதர் யாவர்க்கும் உடம்பு எண்சாண் அளவே அமையப்பெற்றுள்ளது. அண்டமும், பிண்டமும் ஐம்பூதங்களால் ஆனதுவே. ஒன்பது வாசல்கள் கொண்ட இவ்வுடம்பு தொண்ணூற்று ஆறு தத்துவங்களுடன் கூடி அமைக்கப்பட்டுள்ளது. அதனாலேயே உடம்பு அவரவர் கட்டைவிரல் அங்குலத்தில் தொண்ணூற்று ஆறு அளவே பரிணாமம் கொண்டு விளங்கும்.

இந்த உடம்பின் உண்மைகளை உணராது கண்டவழிகளிலும் நடந்து அதனால் நோய்வாய்ப்பட்டு அழியும் நிலை ஏற்பட்டால் அவ்வுடம்பின் உள்ளிருந்த உயிரும் அழிய நேரிடும். உடம்பும் உயிரும் திடமில்லாது போனால் ஞான நிலையை அடையவே முடியாது போய்விடும். ஆதலால் உடம்பைப் பேணி வளர்க்கும் உண்மையான யோகஞான முறைகளைக் கடைபிடித்து உடம்பை பாதுகாத்து உயிரை வளர்த்து ஈசனை சேருங்கள் என்கிறார் திருமூலர்.

உடம்பின் தத்துவங்கள் 96 ஐயும் ஆராய்ந்து அறிந்து கொள்ளுங்கள். சித்தர்கள் யாவறும் தங்கள் உடம்பை

வாசியோகம் செய்து அழியாக் கற்பதேகமாக மாற்றினார்கள். அதனை நமக்கு உணர்த்தவே 96 தத்துவங்களையும் அறியச் சொல்லி பல பாடல்களை பாடி வைத்தார்கள்.

ஊற்றைச் சடலமடி உப்பிருந்த பாண்டமடி
மாற்றிப் பிறப்பதற்கு மருந்தெனக்கு கிட்டுதில்லை
மாற்றிப் பிறப்பதற்கு மருந்தெனக்கு கிட்டுமென்றால்
ஊற்றைச் சடலம் விட்டே என் கண்ணம்மா உன்பாதம் சேரேனோ

என அழுகணி சித்தர் பாடுவார். கொங்கணச் சித்தரோ

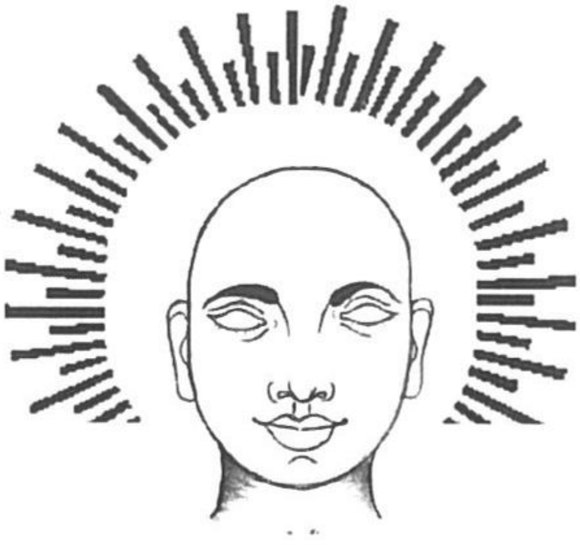
ஊத்தைச் சடலமென்று எண்ணாதே - இதை
உப்பிட்ட பாண்டமென்று எண்ணாதே
பார்த்த பேருக்கே ஊத்தையில்லை - இதைப்
பார்த்துக்கொள் உன்றன் உடலுக்குள்ளே ...... என்பார்.

இவ்வாறு சித்தர்கள் யாவறும் உடம்பின் முக்கியத்துவத்தையும் அதனை அழியாமல் காக்கும் வழியான வாசியோகத்தையும் தங்கள் பாடல்கள் யாவிலும் வலியுறுத்துவதை உணர்ந்து கொள்ளுங்கள். உடம்பையும் உடம்பின் தத்துவங்களையும் முழுமையாக அறிந்து கொள்வதே ஞானம் என்பதை அறியுங்கள். இல்லற யோகியானாலும் துறவற ஞானியானாலும் உடம்பைக் கொண்டே ஞானம் அடையமுடியும். இல்லறத்தில் இன்பத்தை துய்ப்பதற்கும் துறவறத்தில் பேரின்பம் அனுபவிப்பதற்கும் உடம்பே முதல் சாதனம் என்பதை உணருங்கள்.

“உடம்பினைப் பெற்ற பயனாவது எல்லாம்
உடம்பினுள் உத்தமனைக் காண்” என்கிறது ஔவைக்குறள்

உடம்பில் அமைந்துள்ள தொண்ணூற்றாறு தத்துவங்களையும் ஒன்றன் பின் ஒன்றாக அறிந்து கொள்வோம்.

உடம்பின் 96 தத்துவங்கள்



அறிவு – I

தன்னை அறியத் தனக்கொரு கேடில்லை
தன்னை அறியாமல் தானே கெடுகின்றான்
தன்னை அறியும் அறிவை அறிந்தபின்
தன்னையே அர்ச்சிக்கத் தானிருந்தானே

- திருமூலர்

தன்னை அறியும் அறிவே பேரறிவு. அறிவு தான் உடலின் முதல் தத்துவம். அறிவுதான் ஆன்மா. அறிவு தான் மெய்குரு. அறிவே வாசி. அறிவே மெய்ப்பொருள். இதனையே வள்ளுவர்

"எப்பொருள் யார்யார் வாய் கேட்பினும் - அப்பொருள்
மெய்பொருள் காண்பது அறிவு" என்றும்

எப்பொருள் எத்தன்மைத்தாயினும் - அப்பொருள்
மெய்பொருள் காண்பது அறிவு என்றும் அறிவுறுத்துகிறார்.

அறிவு நம் உடம்பில் ஒரு வஸ்துவாய் மூலமான பொருளாக அமைந்திருக்கிறது. அதுவே ஆறறிவுக்கும் மேலான ஏழாவது அறிவு. அறிவே ஒளியாக விளங்கும் சோதி. இறைவனும் அறிவே வடிவாக அமர்ந்துள்ளான். அறிவே ஞானம். இவ்வறிவை அறிவால் அறிந்து உடம்பில் உணர்ந்து தெளிந்திருத்தல் வேண்டும். அறிவு பூர்வமாக

நமது வழிபாடுகளும் பயிற்சிகளும் அமைந்தால் தான் அறிவு வடிவான ஆண்டவனை அறிய முடியும். அறிவை அறிவதே சாகாக்கல்வி. அறிவு அற்றம் காக்கும் கருவி என்பார் வள்ளுவர். ஆதலால் தனக்குள் தானாகி நின்ற அறிவை அறிந்து யோக ஞான சாதனைகளை இயற்றுவதே வெற்றியைத்தரும்.

சாகாத கல்வியே கல்வி. ஒன்றாய் நின்ற ஒன்றே சிவம் தான் என அறிந்த அறிவே தகும் அறிவு என்கிறார் ஔவை.
மேலும்

"இனிது இனிது ஏகாந்தம் இனிது
அதனினும் இனிது ஆதியைத் தொழுதல்
அதனினும் இனிது அறிவினர் சேர்தல்
அதனினும் இனிது அறிவுள்ளோரைக்
கனவிலும் நனவிலும் காண்பது தானே என்று பாடி

அறிவினரோடு கூடி அறிவை அறிவதே இனிது என உணர்த்துவார். மகாகவி பாரதியாரும் **"சுத்த அறிவே சிவம் என்று கூறும் சுருதிகள் கேளீரோ"** என்கிறார். ஆதலால் நம் முன்னோர்களும், சித்தர்களும் அறிவுறுத்தும் அறிவு நம் உடலில் முதல் தத்துவமாக அமைந்திருப்பதை அறிந்து கொண்டு சாதனைகளை தொடங்குங்கள்.

மருமலர்ச்சோலை செறி நல் நிழல் மலை ஆதி
மன்னும் முனிவர்க்கு ஏவலாய் மந்திர மாலிகை சொல்லும்
இயம நியமாதியாம் மார்க்கத்தில் நின்று கொண்டு
கருமருவு காயத்தை நிர்மலது ஆகவே கமலாசனாதி சேர்த்துக்
காலைப்பிடித்து அனலை அம்மை குண்டலி அடிக்கலை
மதியினூடு தாக்கி
உருகிவரும் அமிர்தத்தை உண்டு உண்டு உறங்காமல்
உணர்வான விழியை நாடி ஒன்றொடு இரண்டு எனச்
சமரச சொரூப சுகம் உற்றிட என் மனதின் வண்ணம்
திருவருள் முடிக்க இத்தேகமொடு காண்பனோ?
தேடரிய சத்து ஆகி என் சித்தமிசைகுடி கொண்ட
அறிவு ஆனதெய்வமே ! தேஜோ மயனாந்தமே.

- **ஸ்ரீ தாயுமானவசுவாமி**

அறிந்து கொள்ளு மதியளவு பிண்டத் துள்ளே
அப்பனே ஆறுதலம் அறிந்து காணும்
அறிந்து கொள்ளு விந்துவின் மேல் பரத்தின் மட்டும்
அறிவுக்குள் சக்கரந்தான் அப்பாகேளு
அறிந்து கொள்ளு பரத்தின் மேல் போத மட்டும்
ஆதார நிர்மலத்தின் வரைகள் ஆறும்
அறிந்து கொள்ளு மேலாறுங் காணப் போகா
ஆச்சரியம் கொங்கணரை விட்டுக் காணே

- ஸ்ரீ சட்டைமுனிச்சித்தர்



சட்டை நாதர்
திருவரங்கம்

மனமும் மதியும் இல்லாவிடில் வழிமாறுதல் சொல்லியே என்ன செய்வாள் ! மனமுறுதியும் வைக்க வேணும் பின்னும் வாலை கிருபை உண்டாக வேணும் என்கிறார் கொங்கணவர். அறிவை அறியுங்கள்! உணருங்கள் ! தெளியுங்கள் !



இருவினைகள்



நல்வினை தீவினை - 2

இம்மைதனிற் பாதகனாய் இருவினைக் கீடாய் எடுத்த
பொம்மைதனைப் போட்டுன்னைப் போற்றி நிற்பதெக்காலம்
- பத்ரகிரியார்

ஒவ்வொரு மனிதப்பிறவியும் அவர்கள் முற்பிறப்பில் செய்த நல்வினை தீவினைக் கேற்பவே உயிர் உடம்பு அமைகின்றது. இது போலவே இப்பிறப்பில் நாம் செய்யும் நல்லது கெட்டது போன்ற செயல்களுக்கு தக்கவே வினைகள் அமைந்து அடுத்த பிறப்பும் இருக்கும். வினை விதைப்பவன் வினை அறுப்பான். தினை விதைப்பவன் தினை அறுப்பான் என்பது முதுமொழி.

என்செயலாவது யாதொன்றுமில்லை இனிதெய்வமே
யாவும் உன் செயலே என உணரப்பெற்றேன் இந்த
ஊண் எடுப்பதற்கு முன் செய்த தீவினையோ
இங்ஙணம் வந்து மூண்டதுவே எனப்பாடும் பட்டிணத்தாரின்

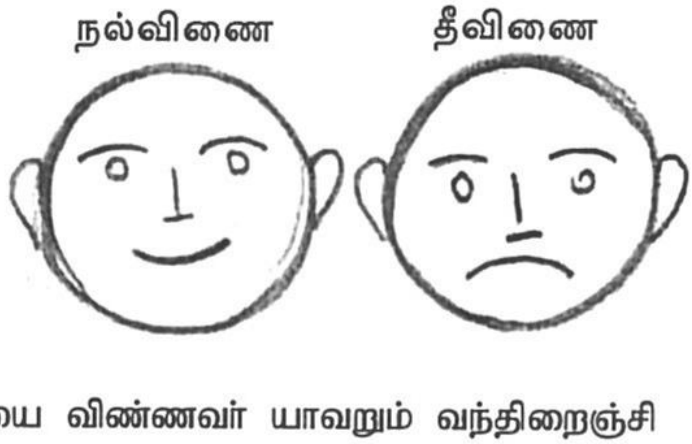
அனுபவம் ஒவ்வொருவருக்கும் ஏதோ ஒரு சமயத்திலாவது ஏற்பட்டிருக்கும். காரணமே இல்லாது கலங்கும் போது போன ஜென்மத்தில் என்ன பாவம் செய்தேனோ எனும் வாசகம் நம் வாயிலிருந்தே வந்துவிடும். அதுபோலவே வாழ்வில் ஒருவனுக்கு

திடீரென்று அதிஷ்டத்தில் லாட்டரி கிடைத்துவிட்டாலும் உலகோர் வாயிலிருந்து அவன் சென்ற பிறவியில் செய்த யோகம் புண்ணியம் ஆகி இப்போ யோகம் அடித்திருக்கு என்ற வார்த்தைகளும் வெளிப்படும். ஆதலால் நம் உடம்பை பற்றித் தொடரும் இருவினைகள் என்பதை உணர்ந்து கொண்டு புண்ணியம் சேர்க்க சித்தர்கள் வழி காட்டுவதே வாசியோகம்.



தன்வந்திரி
வைத்தீஸ்வரன் கோவில்

நல்வினை



வானுதற் கன்னியை விண்ணவர் யாவரும் வந்திறைஞ்சி
பேணுதற் கெண்ணிய எம்பெருமாட்டியை பேதை நெஞ்சால்
காணுதற்கு அன்னியள் அல்லாத கன்னியை காணும் அன்பு
பூணுதற் கெண்ணிய எண்ணமன்றோ முன்செய் புண்ணியமே

- அபிராமி அந்தாதி

இறைவனை நோக்கி பண்ணுகின்ற காரியங்கள் யாவுமே புண்ணியமே. அதுபோல் நாம் செய்யும் தானங்களும் தர்மங்களும் நல்வினைச் சேர்த்து புண்ணிய பலனைத்தரும். தானம் என்பது பலனை எதிர்பார்த்து செய்வது. தர்மம் என்பது எந்தப் பலனையும் எதிர்பாராமல் செய்வது. அந்த தர்மத்தில் யாவும் சிறந்தது தவம். உலகிற்கும் உயிர்களுக்கும் நாம் செய்யும் நற்செயல்கள் எல்லாம் நல்வினைகளே. இறவாநிலை அடைய முற்படுபவர்கள் நல்லவைகளை மட்டுமே செய்து இருந்து வந்தாலும் இருவினைகளும் தம்மைப்பற்றித் தொடராவண்ணம் யோக ஞான சாதனைகளை புரிவார்கள். தியானமும் தவமுமே இருவினைகளையும் ஒழிக்க வல்லது. அன்பு, இரக்கம், கருணை, சத்தியம், சாந்தம் போன்ற நன்னெறிகளில் வாழ்வதுதான் நல்வினை.

எத்துணையும் பேதமுறாது எவ்வுயிரும்
தம்முயிர் போல் எண்ணியுள்ளே
ஒத்துரிமை உடையவராய் உவக்கின்றார்
யாவர் அவர் உளந்தான் சுத்த
சித்துருவாய் எம்பெருமான் நடம்புரியும்
இடம் என நான் தெரிந்தேன் அந்த
வித்தகர் தம் அடிக்கு ஏவல் புரிந்திட என்
சிந்தை மிக விழைந்ததாலோ

- வள்ளலார்

நல்லவே எண்ணல் வேண்டும் "நினைவு நல்லது வேண்டும்"என்கிறார் பாரதியார். நம் நல்ல நினைவுகளே பிறவிக்கு நல்வினையை சேர்க்கும். அதற்கு இறைவன் மீது மெய்பக்தியுடன் யோகமும் தியானமும் செய்து வாழ்ந்து கொண்டிருக்க வேண்டும்.

தீவினை

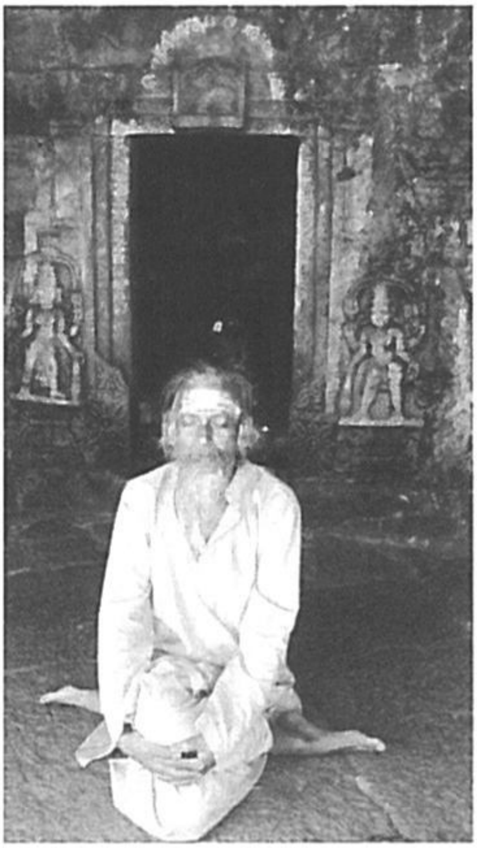
பஞ்சமா பாதகங்களை புரிந்து வாழ்வது தீவினையாகும். இவ்வுலகில் வாழும் மானிடர் பலர் தாம் சுகமாய் வாழப் பிறரை வாட்டி வதைக்கின்றனர். நேர்மையான வழியில் வாழும் நீதிமான்களை அநியாய முறையில் பல கெடுதல்களை விளைவித்து நல்லவர்களை மனவேதனைகளுக்கும் உள்ளாக்குகிறார்கள். தான் வாழ பிறரைக் கெடுக்கின்றனர். இதனை வள்ளுவரும்

"பிறர்க்கு இன்னா முற்பகல் செய்யின் - தமக்கின்னா பிற்பகல் தாமே வரும்" எனக் கூறி எச்சரிக்கின்றார்.

கொலை, கொள்ளை போன்ற செயல்கள் தீவினையே. நம்பியோர்களை நட்டாற்றில் விடுவது, நட்புக்குத் துரோகம் செய்வது, நல்லோர்களை நிந்திப்பது, குருவை தூஷிப்பது, சீடரை ஏமாற்றுவது போன்றவைகளும் தீவினையையே சேர்க்கும். பாவத்திலேயே பெரும் பாவம் பிறன்மனை நோக்குவதே என்பார் வள்ளுவர். ஆதலால் இருவினைகளும் சேர்ந்து எடுத்த இப்பிறப்பிலாவது தன்னை அறிந்து தீவினைகள் பற்றாது வாழ்ந்து எவ்வினைகளையும் அழிக்கும் யோக ஞான சாதனைகளைக் கற்று முயற்சியுடன் பயின்று மீண்டும் பிறவாதிருக்க வரம் கேளுங்கள். மீண்டும் பிறப்பிருந்தாலும் தீவினை இல்லா தேகத்தைப் பெற்று வாருங்கள்.

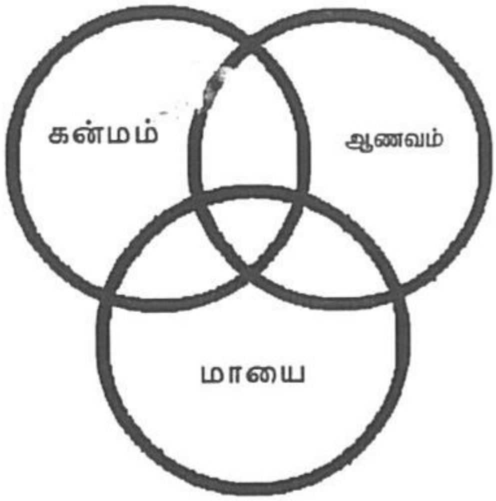
அவரவர் வினைவழி அவரவர் வந்தனர்
அவரவர் வினைவழி அவரவர் அனுபவம்
எவரெவர்க் குதவினர் எவரெவர்க் குதவிலர்
தவரெவர் நினைவது தமை உணர்வதுவே

- சிவயோகசாரம்



மும்மலம் (முப்பாழ்)

1. ஆணவம் 2. கன்மம் 3. மாயை



ஆணவம்

நான் என்னும் ஆணவமே நான் எனும் ஆன்மாவை மறைப்பது. ஆணவம் என்பது நானே இவ்வுலகில் உயர்ந்தவன் என எண்ணும் செருக்கு. தன்னால் ஆகாதது ஏதுமில்லை என நினைக்கும் இறுமாப்பு. இந்த ஆணவம் இறைவனையே எதிர்க்கச் செய்யும் வலிமை கொண்டது. சூரபத்மன் வரலாறு ஆணவத்தை அழிப்பதுதான். அதுபோல் இரண்யன், இராவணன் போன்ற அசுரர்கள் கதையும் ஆணவத்தைக் காட்டுவதே. இந்த ஆணவமலம் நம் உடம்பையும், உயிரையும் பற்றா வண்ணம் ஞானத்தினால் அகற்ற வேண்டும். இந்த நான் என்ற ஆணவம் நம்முள் இருக்கும் வரை இறைவனை அடையவே முடியாது. ஆகையால் அன்பு, பக்தி, பணிவு என்ற குணங்களைப் பற்றி நின்று அடியார்க்கும் அடியவராய் இருந்து தொண்டு செய்வதால் இந்த ஆணவமலம் நம்மைப் பற்றா வண்ணம் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

“ஆணவப்பேய் பிடித்தலைவதற்கு அறிவீர்
எத்தனை கொள்கின்றீர் பித்துலகீரே” என்கிறார் வள்ளலார்

கன்மம்

கன்மம் என்பது கர்மா எனவும் கடமை எனவும் பொருள்படும். இதுவே விதி என்பதை அறிவீர். முற்பிறப்புகளில் செய்த வினைகளுக்கு ஏற்ப வகுக்கப்பட்டுள்ளதே கன்மம். இப்பிறப்பில் என்னென்ன கர்மாக்களை முடிக்க வேண்டும் என்று விதிக்கப்பட்டு விதியாக அமைவதுதான் கன்மம். இந்தக் கடமைகளை செய்வதினால் ஏற்படும் துன்பங்களைக் கண்டு அஞ்சாமல் தனக்கு விதிக்கப்பட்ட கர்மாவை உணர்ந்து செய்து முடிக்க வேண்டும். அதற்கும் இறைவன் கருணையைப் பெற்று அவன் துணை கொண்டே இதைச் செய்து முடிக்க வேண்டும். நம் உயிர் உடம்பிலேயே பதிந்திருக்கும் இக்கர்மாவிற்கு அஞ்சி துறவு பூணுவதால் எந்தப் பலனும் கிடைக்காது. “கடமையைச் செய் பலனை எதிர்பாராதே” என பகவத்கீதையில் கண்ணன் உபதேசிக்கிறார். கடமையை செய்து கொண்டே விதியை வெல்லும் யோக ஞான சாதனைகளை செய்து வாழ்ந்து கொண்டிருப்பதே கர்மயோகம் என்பார் பகவான். ஆகவே இப்பிறவிக்கு உள்ள கர்மாவை அனுபவித்து கடந்து உண்மையை அறிந்து கொண்டு உன் கடமைகளை செய்து முடி. விதியை மாற்றும் யோகமும், தியானமும் அறிந்து செய்வது கூட கர்மாவில் அமைந்திருந்தால் தான் ஆகும் என்பதையும் உணர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

ஆகாப் புலையனடி அஞ்ஞானந்தான் பேசிச்
சாகாக் காலறியேன் தன்னறிவு தானறியேன்
வேகாத் தலையறியேன் விதிமோச மானேனடி
நோகாமல் நொந்தல்லோ என் கண்ணம்மா
நொடியில் மெழுகானேனடி!

- அழுகணி சித்தர்

மாயை

பாழ்வாழ்வெனும் இப்படு மாயையிலே
வீழ்வாய் என என்னை விதித்தனையே
தாழ்வானவை செய் தனதாமுளவோ
வாழ்வாய் இனி நீ மயில் வாகணனே

- அருணகிரிநாதர்

மாயை என்பது இருள். அது மாபலம் பொருந்தியது. இறைவனும் மாயையும் இணைந்தே இவ்வுலகிலும் இவ்வுடம்பிலும் அமைந்தே உள்ளது. அனைத்தும் மாயையில் இருந்தே தோன்றுகின்றது. எல்லாமே மாயையின் தோற்றங்களே. இருப்பதை இல்லாதது போலும் இல்லாததை இருப்பது போலும் காட்டுவது மாயை. மாயையே இவ்வுலகிலும் இவ்வுடம்பிலும் சூழ்ந்திருக்கின்றது. மாயை அகன்றால்தான் இறைவனை அறிய முடியும். மாயையை வென்றவர்கள் எவரும் கிடையாது. திரிலோக ஞானியான நாரதரை மாயை படுத்திய பாட்டை ஸ்ரீதேவி பாகவதத்தில் படித்து அறிந்து கொள்ளுங்கள். இருளே மாயை. இருள் விலக ஒளி வேண்டும். மாயை விலக ஈசன் அருள் வேண்டும். மாயை இல்லாது இறைவனில்லை. இறைவினில்லாது மாயை இல்லை. அம்மா பெரும் மாயாசக்தியை அறிந்து கொண்டு அம்மாயையையே தாயாக பாவித்து இறைவன் திருவடி சேரவேண்டும்.

கருடன் உருவம் கருதும் அளவில்
பருவிடம் தீர்ந்து பயம் கெடுமா போல்
குருவின் உருவம் குறித்து அப்பொழுதே
திரிமலம் தீர்ந்து சிவன் அவன் ஆமே.

- திருமூலர்



திருமூலர்
திருவாடுதுறை

நல்லபாம்பு தீண்டி விஷம் ஏறிய ஒருவரை அவர் உடம்பு வெயிலில் படுமாறு வெளியில் கிடத்தி வைத்தால் கருடன் உருவநிழல் அவ்வுடம்பில் பட்ட அளவில் பாம்பின் விஷம்

இறங்கிவிடும். விஷம் தீண்டிய அவரும் மரணபயம் விலகி எழுந்துவிடுவார். அதுபோல சற்குருவின் உருவத்தை உன்னுள் நினைத்து தவம் செய்யும் அப்பொழுதே ஆணவம், கன்மம், மாயை என்ற மும்மலங்களும் நீங்கி உன் சீவனையே சிவனாக ஆக்கலாம் என்கிறார் திருமூலர்.

இன்றும் இப்பழக்கம் மலைவாழ் மக்களிடம் இருந்துவருகின்றது. பாம்பு தீண்டியவரை வெளியில் போட்டு விட்டு கருடன் நிழல் அவர் மீது பட்டவுடன் விஷம் தீர்ந்து எழுவது நடந்து கொண்டு தான் இருக்கின்றது. இதையே உதாரணமாகக்காட்டி கருடன் நிழல்பட்டு விஷம் நீங்குவது போல் குருவின் உருவம் குறித்து தியானித்தால் மும்மலமும் நீங்கும் என்றும் திருமூலர் கூறுகிறார். **இருவினை மும்மலமும் அற இரவியொடு பிறவியற ஏகநாயகா லோகநாயகா இமையவர் பெருமானே** என்று அருணகிரிநாதர் இருவினைகளால் வந்த மும்மலத்தையும் அறுக்கச் சொல்கிறார். ஆகையால் மும்மலங்களையும் நன்கு அறிந்து கொண்டு அதனை அறுப்பதற்கு உள்ள வழியாக வாசியோகத்தை காட்டுவர் சித்தர்கள்.

அந்தக்கரணங்கள் - 4

1. மனம் 2. புத்தி 3. சித்தம் 4. ஆங்காரம்

இந்த நான்கும் இறைவன் நமக்கு இறவா நிலை அடைவதற்குரிய கருவிகரணங்களாக படைத்துள்ளான். இந்த நான்கும் சம்பந்தர், அப்பர், சுந்தரர், மாணிக்கவாசகர் போன்ற நால்வர்களைப் போல் வழி காட்டுபவை. இந்த நான்கைக்கொண்டே சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் என்ற பாதையில் நடக்கவேண்டும். இந்த அந்தக்கரணங்கள் நான்கையும் அதன் செயல்களையும் நம்முள்ளே ஆராய்ந்து அறிந்து கொள்வோம்.

அந்தக்கரண மென்னும் ஆட்டை
அஞ்ஞானம் என்னும் அடர்ந்தவன் காட்டை
சந்தத்தவம் என்னும் வாளினால் வெட்டினேன்
சாவாதிருந்திட கோட்டையும் கட்டினேன்.

- இடைக்காடர்

மனம்



மனம் எனும் ஓர் பேய்க்குரங்கு மடப்பயலே நீதான்
மற்றவர் போல் எனை நினைத்து மருட்டாதே கண்டாய்
இனமுற என் சொல்வழியே இருத்தி எனில் சுகமாய்
இருந்திடு நீ என் சொல்வழி ஏற்றிலை ஆனாலோ
தினைஅளவுன் அதிகாரம் செல்லவொட்டேன் உலகம்
சிரிக்கஉனை அடக்கிடுவேன் திருவருளால் கணத்தே
நனவில் எனை அறியாயோ யார்என இங்கிருந்தாய்
ஞானசபைத் தலைவனுக்கு நல்ல பிள்ளை நானே.

- வள்ளலார்

மனம் என்பதே நம் உடம்பில் உள்ள அனைத்து கருவிகரணங்களுக்கும் தலையாய கருவி. மனம் பேயாக அலையக்கூடியது. குரங்கினைப் போல் தாவக் கூடியது. நாம் செய்யும் அனைத்து நல்லவை தீயவைகளுக்கும் மனமே காரணமாகவும் சாட்சியாகவும் இருப்பது. “மனம் என்னும் மாடடங்கில் தாண்டவக்கோனே முத்தி வாய்த்ததென்று சொல்லேடா தாண்டவக்கோனே” என்று இடைக்காடர் பாடுவார். “மனம் போன போக்கெல்லாம் போகவேண்டாம்” என எச்சரிப்பார் ஔவை. வெட்டவெளி எனும் ஆகாயத்தத்துவமே நம்முள் மனமாக அமைந்து இருக்கின்றது. இறைவனை மாயை மறைப்பது போல் ஆன்மாவை மனம் மறைத்து நிற்கின்றது. மனமே மந்திரமாகவும் வாலையாகவும் வாசியாகவும் மாறுவது. இம்மனம் எனும் கருவி நம் உடம்பில் எங்கு

பொருந்தியுள்ளது என்பதை அறிவு கொண்டு ஆராய்ந்து அறிந்து கொள்ள வேண்டும். மனதை அறிந்தால்தானே அதனை அதன் போக்கில் போகவிடாது கட்டுப்படுத்தமுடியும். மனதையே நந்தி என்றும் குருவென்றும் கூறுகிறார் திருமூலர். மனதை அறியவோ பார்க்கவோ முடியாது என்ற எண்ணத்தை விட்டு விடுங்கள். வெளியே ஆகாயம் பார்க்கக் கூடியதாக இருக்கும் போது உள்ளே மனமும் பார்க்கக் கூடியதாகத் தானே இருக்கவேண்டும். இதனையே சித்தர்கள் உடம்பின் உள்ளே உறுபொருள் கண்டேன் என்று எடுத்துக்கூறி நம்மையும் கண்டு உணர்ந்து அறிந்து கொள்ளத் தூண்டிப்பாடி வைத்துள்ளார்கள்.

ஆகவே மனதை பார்த்து அறிவோம். இம்மனதை அறிந்தால் தான் அதை அடக்க முயற்சி செய்ய முடியும். அதை அறியாமல் செய்யும் பயிற்சிகள் பலனடையாது. ஆதலின் நம் உடம்பில் மனம் எங்கு உள்ளது என்பதை அறிந்து கொண்டு அதன் பின் அம்மனதை இறைவன் பால் திருப்பி தன்வசமாக்குவதே வாசியோகம். இறைவனை மறைக்கும் மாயையே இறைவனைக் காட்டவும் வல்லது. ஆன்மாவை அறியவிடாது தடுக்கும் மனமே ஆன்மாவை அறியவும் வல்லது. இதனை சித்தர்கள் தங்கள் பாடல்களில் பாடிக்காட்டி வாசியினால் மனதை கட்டுகின்ற இடத்தில் கட்டி வைத்தேன் என்பார்கள். மேலும் இம்மனதின் ஆற்றல்களை உள்ளம் எனும் தலைப்பில் விரிவாக ஆராய்வோம்.

புத்தி

சத்தியே பராபரமே ஒன்றே தெய்வம்
சகல உயிர் சீவனுக்கும் அதுதானாச்சு
புத்தியினால் அறிந்தவர்கள் புண்ணியோர்கள்
பூதலத்தில் கோடியிலே ஒருவனுண்டு

- அகத்தியர்

மனிதர்க்கு அமைந்திருக்கும் ஆறறிவே புத்தி எனப்படும். நம் உடம்பில் ஒரு தத்துவமாக பொருந்தியிருக்கும் இப்புத்தியை நன்கு பகுத்தறிந்து கொண்டு பண்படுத்த வேண்டும். உலகில் உள்ள அனைத்து மனிதர்க்கும் இப்புத்தி நற்புத்தியாகவும் துர்புத்தியாகவும் அவரவர்க்கு தக்கவாறு செயல்படுகின்றது. தீயோர்களும் தீவிரவாதிகளும் துர்புத்தியை பயன்படுத்தி உலகிற்கு துன்பம் விளைவிப்பார்கள். நல்லோர்களும் ஞானிகளும் நற்புத்தியைக் கை

கொண்டு இவ்வுலகிற்கு நன்மையைப் புரிவார்கள். இந்த புத்தியைக் கொண்டே விஞ்ஞானம் பிறந்தது. புத்தியினால் தான் மனித நாகரிகம் வளர்ந்தது. ஞானிகள் புத்தியினால் தான் மெய்யறிவைப் பெற்று ஞானமடைந்தார்கள்.



அகஸ்தியர்
அனந்தசயனம்

புத்தி உடம்பில் மூளையாக அமைந்துள்ளது. புத்தி இல்லாது போனால் மூளை பாதித்து பித்தராகத்தான் திரிவர். இந்த புத்தியை நன்னெறியில் நடத்தி அறிவை அறிந்து மனிதப் பிறவியை மேம்படுத்த வேண்டும். கற்றல் கேட்டல் உணர்தல் போன்றவைகளால் புத்தியை தீட்டி கூர்மையாக்க வேண்டும். பக்தி சேவை போன்றவைகளில் புத்தியை செலுத்தி அன்பைப் பெருக்க வேண்டும். இப்புத்தியினால் வாசியோகம் தியானம் போன்றவைகளின் நுணுக்கங்களை உணர்ந்து செயலாற்ற வேண்டும். புத்திமானே பலவான். புத்தியினால் அறிவை அறிபவனே புத்திசாலி.

சித்தம்

சிந்திக்கும் இடம் தான் சித்தம். எப்போதும் சித்தத்தின் போக்கில் இருப்பவர்களே சித்தர்கள். சிவனடியார்கள் கூறும் சிற்றம்பலமே சித்தம். சிவன் இருக்கும் இடமே சித்தம். அந்தக் கரணங்கல் நான்கிலும் சித்தமே சிறந்தது. சித்தமே தெளிவைத்தரக் கூடியது. சித்தத்தில் இருந்தே கவிகளும், கருத்துக்களும், கதைகளும், கண்டுபிடிப்புகளும் தோன்றுகின்றது. ஒளவைப் பாட்டி விநாயகர்

அகவலில் சித்தத்தின் உள்ளே சிவலிங்கம் காட்டி எனப்பாடுவார். ஏனெனில் சித்தம் ஒன்றே சிவலிங்க உண்மையை காட்டக் கூடியது. சித்தத்தின் செயலே



சுந்தரானந்தர்
மதுரை

சித்தியைத் தருவது. சிந்தித்து செயல்படுபவர்கள் தான் உலகில் வெற்றி அடைவார்கள். அதுபோல் எப்போதும் சித்தத்திலேயே நின்று இறைவன் ஒருவனையே சிந்தித்து தியானம் செய்பவர்களே சித்தராக மாறுவர். ஆதலால் நாம் இறவா நிலை பெற வேண்டுமானால் மனதையும் புத்தியையும் சித்தத்தில் சேர்த்து சிவனை அடைய சித்தமே சிறந்த சாதனம் என்பதை உணர்ந்து தியானியுங்கள்.



சிந்தை அது என்ன சிவன் என்ன வேறில்லை
சிந்தையின் உள்ளே சிவனும் வெளிப்படும்
சிந்தையின் உள்ளே தெளிய வல்லார்க்கு
சிந்தையின் உள்ளே சிவன் இருந்தானே

- திருமூலர்-

இவ்வுலகில் அனேகமான மனிதர்கள் வருவார்கள் போவார்க ள். சித்தத்தில் நின்று சிந்தித்து செயல்படுபவர்கள் தான் சித்தர் ஆவர். சித்தத்தை அறிவதே தெளிந்த அறிவு.

ஆங்காரம்

மனம் புத்தி சித்தம் மகிழறி ஆங்காரம் அதாய்
நினைவாந் தலமான நிலையறியேன் பூரணமே

- பட்டிணத்தார்

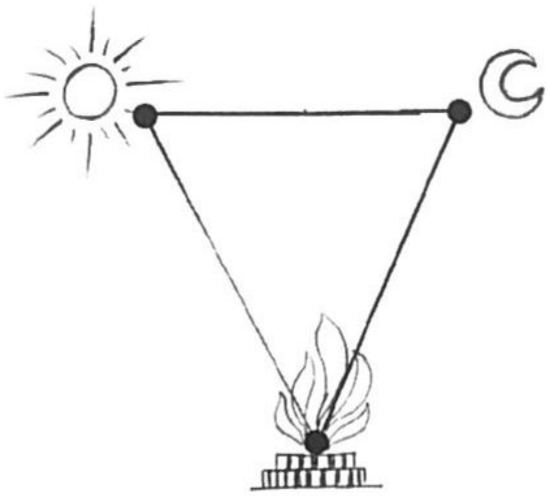
ஆங்காரம் என்பது உடலில் பொருந்தியிருக்கும் ஆற்றல். இதனை அறியாது சிலர் இதை அகங்காரம் என்கின்றனர். அகங்காரம் என்பது நம் உடம்பை விட்டு நீக்க வேண்டிய ராகதத்துவம். இது எப்படி அந்தக் கரணங்களில் ஒரு கருவியாக ஆகும். ஆதலால் ஆங்காரம் என்பதே உண்மை தத்துவம் ஆகும். மனம் ஒன்றைப் பார்த்து புத்தியிடம் சொல்லும். புத்தி அதை விசாரித்து சித்தத்திடம் சேர்க்கும். சித்தமே தெளிவுபடுத்தி உறுதிப்படுத்தும். ஆங்காரம் என்னால் அது முடியும் என்ற ஆற்றலாகி செய்து முடிக்கும்.

ஆங்காரம் என்பதுதான் ஆற்றல் சக்தி. உதாரணமாக ஒருவர் செய்து முடிக்கும் செயலை மற்றவரால் செய்ய இயலாது. ஒவ்வொருவர் உடம்பிலும் இந்த ஆற்றல் சக்தி அமைந்தே உள்ளது. இதனை வள்ளுவர் **“இதனை இதனால் இவன் முடிக்கும் என்றாய்ந்து அதனை அவன் கண்விடல்”** என்பார். அதனால் தான் அம்பாளை ஆங்காரசக்தியே என்று போற்றுகின்றோம். லலிதா சஹஸ்ரநாமம் ஹ்ரீங்கார ஓங்கார ஆங்கார சக்தி எனத் துதிக்கும். ஆதலால் நம் உடம்பில் பொருந்தியிருக்கும் ஆங்காரம் என்ற ஆற்றல் சக்தியை அறிந்து கொண்டு வாழ்வில் நற்செயல்களுக்கு பயன்படுத்தி ஆண்டவனை அடைய முயற்சிக்க வேண்டும்.

ஆங்காரப் பொக்கிசம் கோபக்களஞ்சியம் ஆணவந்தான்
நீங்கா அரண்மனை பொய்வைத்த கூடம் விண்ணீடிவளர்
தேங்காப் பெருமதில் காமவிலாசம் இத்தேகம் கந்தல்
பாங்காய் உனைப்பணிந்து எப்படி ஞானம் பலிப்பதுவே

- பட்டினத்தார்

மூன்று மண்டலங்கள்



1. சூரியமண்டலம்
2. சந்திரமண்டலம்
3. அக்னிமண்டலம்

யோக ஞான சாதகர்கள் முக்கியமாக இந்த மூன்று மண்டலங்கள் என்ன, எங்கு உள்ளது என்பதை முழுமையாக அறிந்து கொள்ள வேண்டியது அவசியம். இவைகள் தாம் நம் உடம்பில் முத்தீயாக இருந்து கொண்டிருக்கிறது. இவைகள் தாம் முத்தி அடைவதற்குரிய முக்கிய சாதனமாய் திகழ்கின்றது. இம்முத்தீயை அறிந்து தீயையே பற்றி தீயைச்சேர்வதே தியானம். ஔவைப்பாட்டி "மூன்று மண்டலத்தின் முட்டிய தூணில்" என்று இம்முத்தீயையே உணர்த்துகிறார். இந்த மூன்று மண்டலமும் நம் உடம்பில் பொருந்தியிருப்பதை நன்கு அறிந்து கொள்ளுங்கள். தலைவனைச் சேர தடையாய் இருப்பது இத்தீமண்டலங்களே. தன்னை அறிந்தபின் இறைவனிடம் சேர்த்து இறவாநிலைத் தருவதும் தீயே என்ற உண்மையை உணருங்கள். சூரியகலை, சந்திரகலை, அக்னிகலை எனும் நாடிகளில் இயங்கும் காற்றை மூன்று மண்டலங்கள் என

எண்ணவேண்டாம். இது நம் உடம்பில் நெருப்பு மண்டலமாகவே இயங்கி வருகின்றது.

சுடுகாட்டு ஞானம்

நந்தவனத்தில் ஓர் ஆண்டி – அவன்
நாலாறு மாதமாய் குயவனை வேண்டி
கொண்டு வந்தான் ஒரு தோண்டி – அதைக்
கூத்தாடிக் கூத்தாடி போட்டுடைத்தாண்டி



இப்பூலோகம் எனும் நந்தவனத்தில் மனிதப்பிறவியை அடைய தாயின் கருவறையில் பத்து மாத காலம் ஈசன் கருணையினால் கருவாக உதித்து உடம்பு வளர்ந்து வெளிவருகிறான். இவ்வாறு பெற்று வந்து உடம்பை உணராமல் இவ்வுடம்பிலேயே தீயாக நின்ற ஈசனை அறியாமல் அத்தீயாலேயே காம கோப வழிகளில் சென்று கூத்தாடி கூத்தாடி இவ்வுடம்பை இழந்துவிடுகிறான். இப்பிறவி அருமையை அறியாமலேயே நீராக நின்ற வாலையான உயிர்போய் இறந்துவிடுகிறான் என்பதையே கடுவெளி சித்தர் பாடுகிறார்.

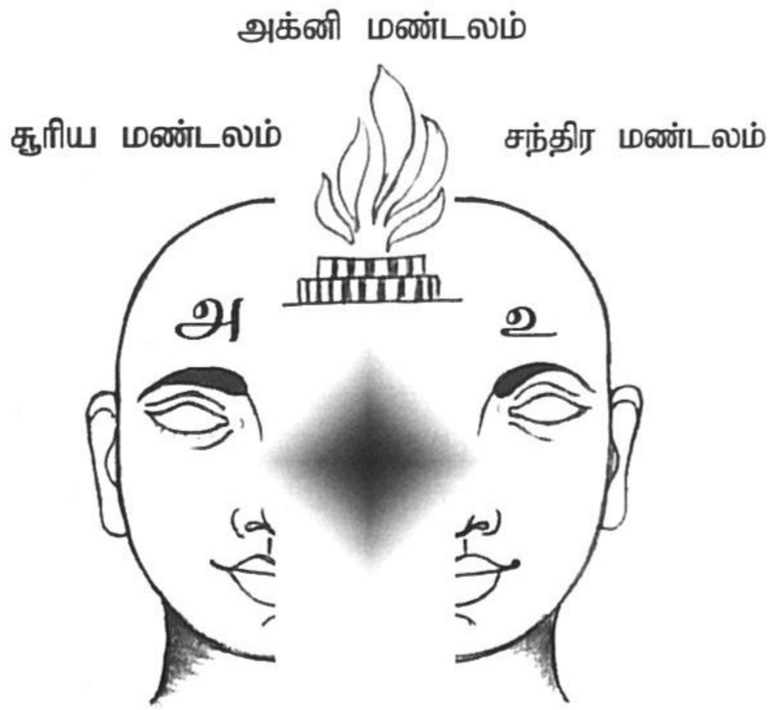
இறந்த உடம்பை இடுகாட்டிற்கு எடுத்துச்சென்று அங்கு சில சடங்குகளை செய்த பின்னே சிதையில் வைத்து தீயிடுவார்கள். அதில் இறந்தவரின் வாரிசு தோளில் ஒரு மண்குடத்தில் நீரை நிரப்பி

வைத்து சடலத்தை மூன்று முறை சுற்றிவர சொல்வார்கள். ஒவ்வொரு சுற்று வரும் போதும் அம்மண்பானையில் அரிவாளால் ஓட்டை போட்டு பானையில் உள்ள நீர் வெளியேறும் போது புறங்கையால் தட்டி விடுவார்கள். இவ்வாறு மூன்று ஓட்டைகளைப் போட்டு சுற்றி முடித்த பின் அப்பானையை கீழே போட்டு உடைப்பார்கள். இச்சடங்கின் உண்மைக் காரணமே இந்த மூன்று மண்டலங்களை மற்றவர்கள் அறிந்து கொள்ள வேண்டியே.

இவ்வுடம்பு பஞ்சபூதங்களின் கூட்டுறவு. அவ்வுடம்பில் தீயாக நின்ற ஈசன் உடம்பைவிட்டு போனதாலேயே உயிரும் போகின்றது. இவ்வாறு தீயாக நின்ற முக்கண் ஈசன் நம் உடம்பில் சூரிய சந்திர அக்னி மண்டலங்களில் இயங்கியதை அறிந்து அதைப் பற்றியிருந்தால் இறவா நிலை பெற்றிருக்கலாம் என்பதைச் சொல்லவே இச்சடங்கு சுடுகாட்டில் நடத்திக்காட்டப்படுகின்றது. இவ்வுடம்பில் மூன்று வாசல் வழியாக உள்ள மூன்று மண்டலங்களை அறிந்து கொள்ளாமல் அதனை பலவழிகளிலும் கெடுத்து கொள்வதால் நினைவாக நின்ற ஆகாயமும் வாசியாக இயங்கிய காற்றும் மறைந்து நெருப்பாக நின்ற ஈசனும் உடம்பை விட்டு விலகியதால் வாலையான உயிரும் போய் மரணம் நேரிட்டது. ஆகையினால் உடம்பில் மூன்று மண்டலங்களை அறிந்து யோக சாதனையினால் ஈசனையே பற்றி நின்று தவம் இயற்றினால் மரணமிலாப் பெருவாழ்வை பெற்று இறவாநிலை அடையலாம் என்பதே இச்சடங்கு சொல்லும் சுடுகாட்டு ஞானம்.

இறந்த உடம்பில் எஞ்சி நிற்பது மண் பூதமே. அதையும் தீக்கே இறையாக்குவார்கள். பஞ்சபூதங்களும் தங்கியிருந்த உடம்பைக் காட்டவே சுடுகாட்டில் மண்பானையில் நீரை நிரப்பி சுற்றி வருகிறார்கள். அப்பானைக்குள் நீரும், காற்றும் இருக்கின்றது. பானைக்கு வெளியே ஆகாயமும் உள்ளது. அப்பானையில் இல்லாதது தீ. அத்தீ மூன்று மண்டலங்களாக இருந்ததைக் காட்டவே மூன்று ஓட்டைகள் போடுகிறார்கள். அந்த ஓட்டைகளின் வழியே வெளியேறும் நீரை புறங்கையினால் தட்டிவிடுவார்கள். அத்தீயிலாமல் வெளியேறிய உயிரே வாலையாக நின்ற நீர் என அறிந்து கொள்ளாமல் புறந்தள்ளியதை காட்டவே புறங்கையில் தட்டிவிடுவர். தீயான ஈசன் உடம்பைவிட்டுப் போவதால் நீரான வாலையும் போய் இது ஊத்தைச்சடலம் ஆனது. கடைசியில் அதுவும் நெருப்புக்கோ மண்ணுக்கோ இரையாகின்றது. ஆதலால் இதனை யாவும் அறிந்து உடம்பை விட்டு இறைவன் போய்விடாவண்ணம் தீயை தியானத்தால்

வளர்த்து உடம்பை இறவா நிலைக்கு உயர்த்த மூன்று மண்டலங்களையும் நன்கு அறிந்து யோக ஞான சாதனைகளைப் பயிலுங்கள்.



சூரிய மண்டலம்

உடம்பின் வலபாகம் முழுதும் சூரியமண்டலத்தின் செயல்கள். அது உடம்பில் கோபமாக வெளிப்படும். அது சூட்சமத்தில் சூரியனாக இருக்கின்றது. இதை சித்தர்கள் அகாரம் என்பார்கள். இதற்குள் தான் அனைத்து யோக ஞான தந்திரங்களும் அடங்கி பொருந்தி இருக்கின்றது.

சந்திர மண்டலம்

உடம்பின் இடபாகம் முழுதும் சந்திரமண்டலத்தின் செயல்கள். இது உடம்பில் காமமாக உள்ளிருந்து செயல்படும். சூட்சமத்தில் சந்திரனாக இருக்கின்றது. சித்தர்கள் இதை உகாரம் என்பார்கள். இதுதான் உடம்பில் அலைபாயும் வெளிமனமாக அமைந்துள்ளது.



அக்னி மண்டலம்

உடம்பிலும், உயிரிலும் நடுவாக இருந்து இயங்குவதே அக்னிமண்டலம். இதுதான் உடம்பின் உஷ்ணமாக இருந்து வருகின்றது. இது சூட்சமத்தில் சூட்சமாக சுழுமுனையாக இருக்கின்றது. இதனை சித்தர்கள் சிகாரம் என்று பேசுவார்கள். இதுவே உடம்பில் குருவாகவும் இறையாகவும் உள்ளதை உணருங்கள்.

மூவாசை

1. மண்ணாசை 2. பெண்ணாசை 3. பொன்னாசை

மண்ணாசைப் பட்டோனை மண்ணுண்டு போட்டதடா
பொன்னாசை பெண்ணாசை போகேனே என்குதே!

- பட்டிணத்தார்

ஆசையே துன்பத்திற்கு காரணம் என்று போதிமரத்தின் அடியில் தவம் புரிந்து ஞானம் அடைந்தபின் புத்தர் போதித்தார். ஆசைகளை கொல் என்று சித்தர்கள் உபதேசித்தார்கள். மண்ணாசையால் மாண்டான் துரியோதனன். பெண்ணாசையால் அழிந்தான் இராவணன். **"ஊசிமுனைக் காதுக்குள்ளே ஒட்டகமே போனாலும் காசாசை போகாதடி, கட்டையிலும் வேகாதடி"** என பொன்னாசையை சாடுவார் சித்தர். மகாபாரதமும் இராமாயணமும் ஆசைகளால் ஏற்படும் அழிவையும் விளைவையும் அறிவுறுத்தியே ஆண்டவனை உணர்த்துகின்றது. நம் உடம்பில் பற்றியிருக்கும் இந்த மூவாசைகளை ஒழித்தால் தான் இறைவனை அடையமுடியும். ஆதலால்தான் **"ஆசை அறுமின் ஆசை அறுமின்"** என திருமந்திரம் உரைக்கின்றது.

இந்த ஆசைகளே மனிதனை துன்பங்களுக்கு ஆளாக்குகின்றது. ஆசைகளே இறவா நிலையடைய இடையூறாய் இருக்கின்றது. இந்த ஆசைகள் தான் அனேக மனிதர்களை ஆட்டிப்படைத்து சிறைச்சாலைகளில் அடைத்திருக்கின்றது. இந்த மூவாசைகளை அடையத் துடிப்பதை விட்டுவிட்டு அதை வேரோடு அழிக்க முற்பட வேண்டும். அதற்கு யோக ஞான சாதனைகள்தான் உதவி செய்யும். ஆசையே அன்புக்கு எதிரி! அன்பே சிவம்!

மண்பெண் பொன்னாசை மயக்கத்திலே விழுந்து
கண்கெட்ட மாடதுபோல் கலங்கினேன் பூரணமே!

- பட்டினத்தார்



1. மண்ணாசை

ஆடி அடங்கும் வாழ்க்கையடா! ஆறடி நிலமே சொந்தமடா! என்பார் கவியரசு. இந்த உலகியல் வாழ்வில் தனது சொத்தைப் பெருக்க மண்ணாசை கொண்டு அலைகின்றனர். மண்ணாசையால் எத்தனையோ கொலை பாதகச் செயல்கள் இன்றும் இப்பூமியில் நடந்துகொண்டுதான் இருக்கின்றது. மண்ணாசையால் மாமன்னர்களாக விளங்கியவர்களும் மண்ணிற்கே இரையானார்கள். உலகை ஆண்ட பல பேரரசுகளும் மண்ணாசையால் மடிந்து போன வரலாற்றை படித்தறியுங்கள். மற்றவர் மனைகளை நயவஞ்சகத்தால் தனக்கு சொந்தமாக்கி வாழ்பவர்கள் தமக்கு மரணம் நேர்ந்தபின் தன் பிணத்தை எரிக்கவோ புதைக்கவோ உள்ள ஆறடி நிலம் கூட தன் சொந்தமில்லை என்பதை உணராது உழல்கின்றனர்.

மண்ணின் மீது மனிதனுக்காசை மனிதன் மீது மண்ணுக்காசை
மண்தான் கடைசியில் ஜெயிக்கிறது அதை மனம் தான் உணர மறுக்கிறது.

என்று வைரமுத்துவின் தத்துவத்திரைப்பாடல் விளக்கும்.

"ஆசைக்கோர் அளவில்லை அகிலம் எல்லாம் கட்டி ஆளினும் கடல்மீது ஆணை செலவே நினைவர்" எனப்பாடுவார் தாயுமானவர்.

இந்த மண்ணாசை பேராசையாக உருவெடுத்து மனிதனை பல வழிகளில் அழிக்கவே செய்யும் என்பதை மறவாதீர். இவ்வாறு மனிதன் கொண்டுள்ள மண்ணாசைக்கும் ஆட்சி அதிகார ஆசைக்கும் அளவே இல்லை என்பதையும் இதனால் இறைவனை அடையமுடியாது என்பதையும் உணர்ந்து மண்ணாசையை விலக்குங்கள்.

2. பெண்ணாசை

பெண்ணினல்லா ராசைப் பிரமையினை விட்டொழிந்து
கண்ணிரண்டு மூடி கலந்திருப்பதெக்காலம்! – பத்ரகிரியார்

பெண்ணாசை என்பது ஆடவர்க்கு இளம் வாலிபப்பருவத்தில் ஏற்படுவது. இது உலகில் உள்ள எல்லோர் உடம்பிலும் இயற்கையாகத் தோன்றுவது. இந்த ஆசையானது ஆடவர்க்கும் பெண்டிர்க்கும் சமமாகவே அமைந்துள்ளது. இந்த ஆசையானது பொல்லாத நடத்தைகளை செய்ய வைக்கும். காணுகின்ற பெண்ணை எல்லாம் காமவெறி கொள்ளச் செய்து இச்சையைக் கொடுக்கும். இந்த ஆசையை நெறிப்படுத்துவதே இல்லற தர்மம். பெண்ணாசையில் வீழ்ந்து பிறவியின் அருமையைத் தொலைத்தவர்கள் எத்தனையோ கோடி. பிறன் மனை நோக்காமையே பேராண்மை என்பார் வள்ளுவர். ஆதலின் இந்த ஆசையைக் கட்டுப்படுத்தி அதனை இறைவன் பக்கம் மடைமாற்றம் செய்து வாழ்ந்துவர வேண்டும். பெண்ணாசை பேராபத்தை விளைவிக்கும் என்பதை அறிந்து அவ்வாசையை விட்டொழிக்க யோக ஞான சாதனைகளில் ஈடுபடுங்கள்.



3. பொன்னாசை

உலகத்தில் உயர்ந்த பொருளாகிய தங்கத்தை தனதாக்கி கொள்ள நினைப்பதே பொன்னாசை. இது பெரும்பாலும் பெண்களுக்கே அதிகம் இருக்கும். அதை வாங்கத் தேவைப்படும் பணத்தாசையே ஆண்களுக்கு அதிகம் இருக்கும். இவ்வாசையினால் திருட்டுகுற்றமும், கொலைப் பழியும் வந்து சேரும். ஆதலின் பாவங்கள் சூழவும் தீவினைக்குள்ளாக்கவும் இருக்கும் இந்த ஆசையை வேரறுத்து அழியுங்கள். மண் பெண் பொன்னாசையில் வீழ்ந்து உழன்று ஊழ்வினைக்கு உள்ளாகாதீர்கள்.

மாணிக்க மா மணிமுடி வாகுவலயம்
மார்பில் தொங்கும் பதக்கங்கள் மற்றும் பணிகள்
ஆணிப்பொன் முத்தாரமம்பொன் அந்தக்கடகம்
அழிவான பொருளென நின்றாடாய் பாம்பே

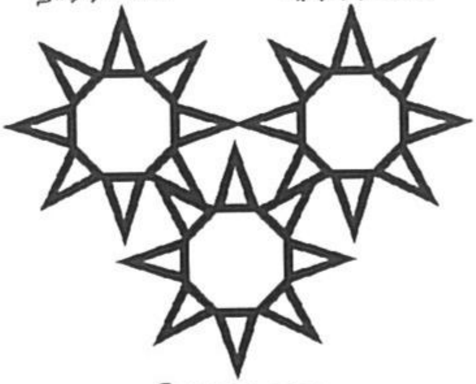
- பாம்பாட்டி சித்தர்



பாம்பாட்டி சித்தர்
திருஞானம் துவாரகை

இந்த மூவாசைகளை வென்றவர்களே சித்தர்கள். ஆசைகள் இவ்வுடம்பில் பற்றாவண்ணம் வாசியோகத்தையும், தியானத்தையும் கற்றுத்தந்து வழிகாட்டுபவர் சித்தர்கள்.

மூவேடனை



மாவேழ் சனனங்கெட மாயைவிடா
மூவேடனை என்று முடிந்திடுமோ
கோவே குறமின் கொடி தோள் புணருந்
தேவே சிவ சங்கர தேசிகனே

- கந்தரனுபூதி

1. தார ஏடனை 2. புத்திர ஏடனை 3. லோக ஏடனை

ஏடனை என்பது ஏக்கத்துடன் கூடிய சிந்தனை. இதுவும் உடம்போடு உள்ளிருக்கும் ஆசைகள்தான். தன் உடம்பை பற்றிய மனைவிக்கு செய்ய எண்ணியதையும், தன் உடம்பால் தோன்றிய புத்திரர்க்கு சேர்த்து வைக்க எண்ணியதுவும், தன் உடம்பு உலாவும் உலகிற்கு செய்ய வேண்டிய செயல்களையும் எண்ணி ஏங்குவதே ஏடனை ஆகும். இந்த ஏடனைகள் மூன்றும் எப்போதும் நினைவில் பதிந்து இருந்து கொண்டிருப்பதால் இறைவனை துணை கொண்டு இவைகளை விரைந்து செய்து முடித்து அகற்ற வேண்டும். இல்லையாயின் இவைகள் தொடர்ந்து நம் பிறவியில் உடம்பை பற்றி வந்து கொண்டே இருக்கும். ஆதலால் மனைவி மக்கள் உலகு ஆகியவைகளுக்கு ஆற்ற வேண்டிய செயல்களை செய்து முடித்து இறைவனிடம் இலகுவாக சேர வேண்டும்.

1. தார ஏடனை

தன்னை நம்பி தாரமாக வந்து வாழும் மனைவிக்கு செய்ய வேண்டிய கடமைகளே தார ஏடனை எனப்படும். இந்த ஏடனையை தவிர்ப்பதற்கே பிரம்மச்சர்யம், சன்னியாசம் போன்றவை

ஏற்படுத்தப்பட்டுள்ளது. இல்லற தர்மத்தில் இருப்பவர்கள் மனைவியின் விருப்பத்தை நிறைவேற்றி வைத்து இறைவனை அடையும் யோக ஞானப்பாதைக்கும் துணை நிற்குமாறு வாழ்ந்து வர வேண்டும். தம் உடம்பால் உழைத்து அத்தாரத்திற்கு ஆற்ற வேண்டிய கடமைகளை செய்து கொண்டே இறவா நிலை பெற முயற்சி செய்ய வேண்டும். அதன் பின்னரே மனைவி மீதுள்ள ஏடனை தானாகவே நீங்கும். இதை விடுத்து இல்வாழ்க்கை அமைந்து அனுபவித்த பின் அது துன்பம் என ஒதுக்கி துறவு பூண்பதால் இறைவன் கருணையை பெறமுடியாது. இல்லறத்தான் இல்லற தர்மத்தில் இருந்து கொண்டே செய்ய வேண்டிய கடமைகளை செய்து முடிக்கவும் இறைவனை அடையும் யோகஞான சாதனைகளை பயின்று கொண்டும் வாழ்ந்துவர வேண்டும். இதனை சித்தர்கள் வாழ்ந்து காட்டி இறவாநிலை அடைந்த உண்மையை உணருங்கள்.

2. புத்திர ஏடனை

தனக்குப் பிறந்த பிள்ளைகளை நல்லமுறையில் வளர்த்து ஆளாக்க வேண்டும் என்ற எண்ணமும் பிள்ளைகள் மீது வைக்கும் பிரியமும் புத்திர ஏடனையாகும். தன் பிள்ளைகளை கல்வி கேள்விகளில் சிறந்தவனாக்குவது, அவர்கள் வாழ்வை தங்கள் அனுபவத்தைக் கொண்டு செம்மையாக அமைத்து தருவது, அவர்களுக்கு திருமணம் செய்து முடிப்பது போன்ற கடமைகளையும் செய்து முடிக்க வேண்டும். இதைச் செவ்வனே செய்து முடித்தால் புத்திரஏடனை நீங்கும். புத்திர சோகம் பற்றாது. புத்திர சோகத்தால் மாண்டான் தசரதன். பட்டிணத்தாரைக் கூட புத்திர ஏக்கம் பீடித்திருந்தது.

3. லோக ஏடனை

நம்மை இவ்வுலகிற்கு கொண்டு வந்த தாய் தந்தையரை மறவாது இவ்வுலகிற்கும் நன்மை பயக்கும் செயல்களை செய்வதுவே லோக ஏடனை. இது இல்லறத்தார்க்கும் உண்டு, துறவு பூண்ட சன்னியாசிகளுக்கும் உண்டு. பெற்றவர்களை பேணிப் பாதுகாக்காது முதியோர் இல்லத்தில் சேர்ப்பது பாவச் செயலாகும். நீ வந்த உலகிற்கு நிலையாக ஒன்றையாவது செய்துவிட்டுச் செல் என்பர் பெரியோர். உலகிற்கு நீ வந்ததற்கு நல்ல பிள்ளைகளைப் பெறு. அல்லது நல்ல நூல்களை எழுது. இல்லையாயின் நல்ல மரத்தையாவது நடு என வேதம் சொல்கின்றது. ஆகையினால் இல்லறமாயினும் துறவறமாயினும் இவ்வுலகிற்கும் பெற்றவர்களுக்கும்

செய்ய வேண்டிய கடமைகளையும், நிலைத்து நிற்கும் நற்செயல்களையும் செய்து முடியுங்கள். இறையருள் பெறலாம்.

இவ்வாறு நம் உடம்பில் உள்ள தத்துவ ஏடனைகள் மூன்றையும் எப்பாடு பட்டாவது செய்து முடித்து இறைவன் திருவடி நிழலில் சேருங்கள். பாவங்கள் நீக்கும் யோக ஞான சாதனைகளை பயிலுங்கள்.

தூடணமாகச் சொல்லாதே - தேடும்
சொத்துக்களில் ஒரு தூசும் நில்லாதே
ஏடனை மூன்றும் பொல்லாதே - சிவத்
திச்சை வைத்தால் எமலோகம் செல்லாதே

- கடுவெளி சித்தர் பாடல்

குணங்கள் மூன்று

1. ராஜஸம் 2. தாமஸம் 3. சாத்வீகம்



இதனை ரஜோகுணம், தமோகுணம், சாத்வீக குணம் என்பர். இம்மூன்று குணங்கள் எல்லா மனிதரிடத்திலும் இருக்கின்றது. இதில் எந்தக்குணம் மேலோங்கி உள்ளதோ அவ்வாறே அம்மனிதரின் நடத்தைகளும் செயல்களும் அமைந்திருக்கும். ரஜோகுணம் என்பது வீரத்தையும், தமோகுணம் என்பது பயத்தையும், சத்துவகுணம் என்பது சாந்தத்தையும் குறிக்கும். ஞானம் தேடும் சீடர்களை அவரவர் குணங்களை வைத்தே கற்பூரக்கட்டி, கரிக்கட்டை, வாழைதண்டு என்று மூன்று வகையாகச் சொல்வார்கள். இதில் கற்பூரக்கட்டியின்

அருகில் தீயைக் காட்டியவுடன் பற்றிக் கொள்ளும். அது போலவே சத்துவகுணம் கொண்ட சீடன் தீட்சை பெற்ற உடனேயே ஞானத்தை அடைந்துவிடுவான். கரிக்கட்டையை தீயை வளர்த்து ஊத ஊத பற்றிக் கொள்ளும். அதுபோல ரஜோகுணம் உடைய சீடன் தீட்சை பெற்று பல நூல்களைப் படித்தும் ஞான வி'யங்களை கேட ்டும் அறிவு விளக்கம் பெற்ற பின்பே ஞானம் அடைவான். ஆனால் வாழைத்தண்டை எவ்வளவு தீ வைத்து மூட்டினாலும் அதில் தீ பற்றாது. பட்டிணத்தார் போன்ற ஞானிகளே தன் தவாக்கினியால் வாழைத்தண்டையும் பற்றி எரியவைப்பார்கள். தமோகுணம் கொண்டவர்கள் ஞானம் என்ற ஒன்றை அடைய முயல மாட்டார்கள். அவர்களுக்கு தீட்சை கொடுப்பது பலனளிக்காது. ஆதலால் யோக ஞானம் பயில எண்ணுபவர்கள் தங்களிடமுள்ள தமோகுணத்தையும் ரஜோகுணத்தையும் விலக்கிவிட்டு சத்துவகுணத்தை வளர்க்க வேண்டும். தாங்கள் உண்ணும் உணவில் சத்துவகுணம் சேரும் வண்ணம் உள்ள சைவ உணவையே உட்கொள்ள வேண்டும். சத்துவ குணத்தைக் கூட்டும் யோக ஞானப் பயிற்சிகளை சாதனை செய்ய வேண்டும்.

1. ரஜோகுணம் (ராஜஸம்)

ரஜோகுணம் பொருந்தியவனிடம் ஆளுமைத்திறன் மேலோங்கி இருக்கும். வீரமும், தைரியமும் மிகுந்து இருக்கும். எதனையும் வெற்றி கொள்ளும் வல்லமை நிரம்பி இருக்கும். இக்குணம் உள்ளவர்கள் தன்னோடு தமோகுணம் சேராது பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். இக்குணத்தை உள்ளடக்கி சத்துவ குணத்தோடு சேர ராஜயோகம் பயிலவேண்டும்.

2. தமோகுணம் (தாமஸம்)

தமோகுணம் நிறைந்திருப்பவன் பயம் கொண்ட கோழையாக இருப்பான். துக்கமும், தூக்கமும் சோம்பேறித்தனமும் எப்போதும் இவனிடம் குடி கொண்டிருக்கும். எச்செயலையும் தாமதமாகவே இவனால் செய்ய இயலும். வயறு நிரம்ப உண்ணும் வழக்கத்தைக் கொண்டிருப்பான். ஆனால் இவனது சாப்பாட்டிற்கே திண்டாடும் நிலையில்தான் இருந்து வருவான். இக்குணம் உள்ளவர்கள் இறைவன் துணைகொண்டு இக்குணத்தை விரட்டி ரஜோகுணத்தை மேலோங்க செய்த பின்பே யோக தியானத்தை பின்பற்ற வேண்டும்.

3. சாத்வீகம் (சத்துவகுணம்)

இந்த சாத்வீககுணமே அனைத்திலும் மேலானது. சத்துவ குணமே சத்திய குணமாம். இக்குணம் உள்ளவரிடம் அமைதியும், ஆனந்தமும் எப்போதும் நிறைந்திருக்கும். தனக்கு நேரிடும் இன்பத்தையும் துன்பத்தையும் இறைவன் கொடுத்ததாகவே ஏற்றுக்கொண்டு எதிலும் சமமாகவே இருப்பர். பொய்மையும், பொல்லாங்கும் இவரிடம் இருக்கவே இருக்காது. தன்னை அறிந்து கொண்டு தம்முயிர் போல் எவ்வுயிரையும் நோக்குவர். உலகில் நடக்கும் அனைத்தையும் சமமாகவே கருதி எந்நேரமும் சாந்தமாய் இருப்பர். சத்துவகுணமே யோக ஞானப்பாதைக்கு சாலவும் சிறந்தது. இதுவே இறவாநிலை பெற உதவக்கூடியது.

ஆகவே யோக ஞானம் பயில விரும்புபவர்கள் தன் உடம்பில் முக்குண தத்துவமாய் இருக்கும் இவைகளை நன்கு அறிந்து கொண்டு தமோ குணத்தையும் ரஜோகுணத்தையும் ஒடுக்கி சத்துவகுணத்தை வளர்த்து மேலோங்கச் செய்ய வேண்டும்.

மனிதரிலும் பறவையுண்டு விலங்குண்டு
கல்லுண்டு மரமும் உண்டு
மனிதரிலும் நீர்வாழுஞ் சாதியுண்டு
அனேக குல மனிதர் உண்டு
மனிதரிலும் மனிதருண்டு வானவரும்
மனிதராய் வருவது உண்டு
மனிதரிலே பிறப்பறுக்க வந்ததே
அருமையென வகுத்தார் முன்னோர்

- சிவானந்த போதம்

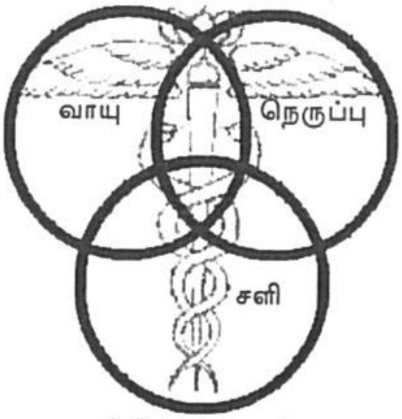


தன்வந்திரி
வைத்தீஸ்வரன் கோவில்

பிணிகள் மூன்று

1. வாதம் 2. பித்தம் 3. சிலேத்துமம்

வாதம் பித்தம்



சிலேத்துமம்

வாதம் என்பது வாயுவினால் வரும் நோய்கள். பித்தம் என்பது உடல் சூடாகிய நெருப்பினால் வரும் நோய்கள். சிலேத்துமம் என்பது சளி கோழை எனும் நீரால் வரும் நோய்கள். இந்த வாத பித்த சிலேத்துமங்கள் உடம்பில் சம அளவில் இருக்க வேண்டும். இது ஒன்றைவிட்டு ஒன்று மிகுந்திருந்தால் நிச்சயமாக உடம்பில் நோய்கள் ஏற்படும். வாதத்தினால் கைகால்கள் செயலிழப்பது போன்ற வாத நோய்களும், பித்தத்தினால் ஏற்படும் உடல் சூட்டினால் வரும் பைத்தியம் போன்ற கொடிய நோய்களும், சிலேத்துமத்தால் ஏற்படும் இருமல், இதயநோய், நெஞ்சுவலி போன்றவைகளும் இவ்வுடம்பிற்கு கேடுகள் விளைவித்து இறப்பை தருகின்றன. நோயுற்ற உடம்பால் யோக ஞான சாதனைகளை செய்ய முடியாது. இந்த வாத பித்த சிலேத்துமத்தால் வரும் இடையூறுகள் யாவையும் வாசி ஒன்றே போக்க வல்லது. உடம்பில் ஊழ்வினையாலும் உண்ணும் உணவுகளாலும் வரும் நோய்களுக்கு மருந்தாக அவ்வுடம்பில் வாசியையும் டாக்டராக வைத்தே இறைவன் இவ்வுடம்பைப் படைத்துள்ளான். இந்த வாத பித்த சிலேத்துமங்களை உடம்பிலிருந்து வாசி வலுவாகினவன் போக்குவானே என் கிறார் காகபுஜண்டர். நோயற்ற வாழ்வில் நாம் வாழ வேண்டும் என்கிறார் வள்ளலார். ஆதலினால் முப்பிணித் தத்துவமாய் உடம்பில் உள்ள இந்த வாதம், பித்தம், சிலேத்துமம் சமமாக இருக்குமாறு பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். வந்த வினையும், வரும் பிணியும் அகற்றவல்லது வாசியோகமே என்பதை அறிந்து அப்பயிற்சியை தொடர்ச்சியாக முயற்சியுடன் செய்து நோயில்லா வாழ்வைப் பெறுங்கள்.



சொல்லுமே வலதுபுற விலாவின் கீழே
  சொன்ன அறிவது இறங்கில் மலமே கூடும்
வெல்லுமே தன்னறிவை விழுங்கிக் கொள்ளும்
  மேலெழுந்த நினைவெல்லாங் கனவுமாகும்
புல்லுமே நினைவிலுள்ள மற்றதெல்லாம்
  புகலுமே சடமறந்து காதுங் கேளா
மல்லுமே போர் புரிந்த விதமே காண
  வாத பித்த சிலேத்துமத்தைப் போக்குவீரே

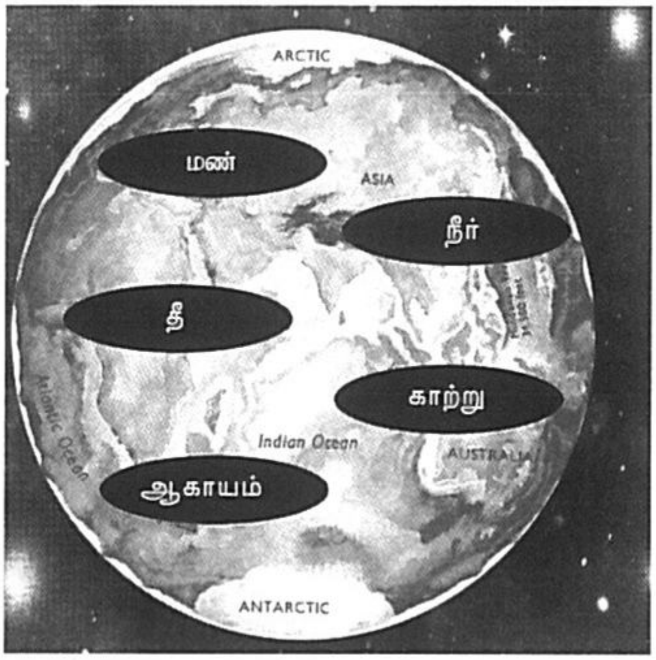
- ஸ்ரீ காகபுஜண்டர்

பஞ்சபூதங்கள்

பூவிலாய ஐந்துமாய்ப் புனலில் நின்ற நான்குமாய்த்
தீயிலாய மூன்றுமாய்ச் சிறந்த கால் இரண்டுமாய்
வேயிலாய தொன்றுமாய் வேறு வேறு தன்மையாய்
நீயலாமல் நின்ற நேர்மை யாவர் காண வல்லரே

- சிவவாக்கியர்

பஞ்சபூதங்களால் சேர்ந்து உருவாகியதே உடம்பு. இது நம் உடம்பில் மண் எனும் பிருதிவி தத்துவமாக தோல், தசை, நரம்பு, எலும்பு, முடி ஆகியவை ஐந்தாக ஆகி உள்ளது. நீர் எனும் அப்பு தத்துவமாக இரத்தம், சிறுநீர், வியர்வை, எச்சில் என நான்காக இருக்கின்றது. தீ எனும் தேயு தத்துவமாக உஷ்ணம், கோபம், காமம் என மூன்றாக அமைந்துள்ளது. காற்று



எனும் வாயு தத்துவமாக உட்சுவாசம் வெளிசுவாசம் என இரண்டாக நடந்து வருகிறது. ஆகாயம் எனும் வான் தத்துவமாக மனம் என்ற ஒன்றாக இருந்து வருகின்றது. இவ்வாறு பஞ்சபூதங்கள் நம் உடம்பில் அமைந்து இருப்பதை உணர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

1. மண் 2. நீர் 3. தீ 4. காற்று 5. ஆகாயம்

ஞானேந்திரியங்கள்



மெய் வாய் கண் மூக்கு செவியெனும் ஐந்தாட்டை
வீறுஞ் சுவையொளி யுறோசையாங் காட்டை
எய்யாம லோட்டினேன் வாட்டினேன் ஆட்டினேன்
ஏக வெளிக்குள்ளே யோக வெளிக்குள்ளே!

\- இடைக்காட்டு சித்தர்



1. மெய் 2. வாய் 3. கண் 4. மூக்கு 5. செவி

இந்த பொறிகள் ஐந்தும் ஞானேந்திரியங்கள் எனப்படும். இவைகள் ஐந்தும் குறைவின்றி அமைந்திருந்தால் தான் ஞானம் அடைய முடியும். ஆதலால் தான் ஔவையார் கூன், குருடு, செவிடு பேடு நீங்கி பிறத்தல் அரிது என்கிறார். இவையே ஐம்புலன்களாக உடம்பினில் இயங்கி வருகிறது. இந்த ஐம்புலன்களையும் அதனதன் போக்கில் போக விடாமல் ஒன்றிலேயே ஒடுக்கி இறைவன் பால் செலுத்துவதே யோகமும், தியானமும் ஆகும்.

1. மெய்

பொய்யாகிப் போகும் உடம்பிற்கு மெய் என்று பெயர். ஏனெனில் என்றும் நிலையாய் இருக்கும் ஐம்பூதங்களும் உடம்பிலும் இருக்கின்றது. இவ்வுடம்பில்தான் மெய்ப்பொருளாக இறைவன் கோயில் கொண்டு விளங்குகின்றான். உடம்பின் உள்ளே உத்தமன் நித்தியப் பொருளாக இருப்பதினாலேதான் பொய் உடம்பிற்கு மெய் என்ற பெயர் வந்தது. இவ்வுடம்பை பொய்யாகி அழிந்து போவதற்கு இறைவன் படைக்கவில்லை. இவ்வுடம்பில் உணர்வாக உள்ளதை உணர்ந்து அதனை உணர்ச்சிகளுக்கு ஆட்படுத்தாது ஊண் உருக இறைவனையே நினைந்து உடம்பைக் கொண்டே யோக ஞான சாதனைகள் செய்து மெய்யாக்கி கொள்ள வேண்டும். இம்மெய்யாகிய உடம்பை பொய்யாகிப் போகாமல் பாதுகாத்து இறைவனைச் சேர்ந்தவர்களே சித்தர்கள்.

இன்ப துன்பங்களை உணரும் உணர்வாக உள்ளது உடம்பு. இச்சையைத் தூண்டும் இப்புலனை இறைவனிடம் திருப்ப வேண்டும்.

அப்போது தான் இது மெய்யாகும். புத்தியைக் கொண்டே புலன்களை அடக்க வேண்டும். பின் அவ்வுடம்பே ஞானேந்திரியமாகி ஞானத்தைக் கூட்டுவிக்கும். மெய் எனும் உடம்பு மண் அம்சமாக விளங்குவதை உணர்ந்து கொண்டு மண்ணால் ஆன உடம்பை வாசியோகத்தால் உறுதி பண்ணிக் கொள்ளுங்கள்.

ஓடமுள்ள போதெலாம் ஓடியே உலாவலாம்
ஓடமுள்ள போதெலாம் உறுதி பண்ணிக் கொள்ளலாம்
ஒடமும் உடைந்தபோது ஒப்பிலாத நாளிளே
ஆடுமில்லை கோலுமில்லை யாருமில்லை ஆனதே

- சிவவாக்கியர்

2. வாய்

வாய் நீர் அம்சமாக விளங்குவது. உடம்புக்கு தேவையான உணவை உண்பதற்கும் அவ்வுணவின் ருசியை உணர்வதற்கும் நல்லது கெட்டது பேசுவதற்கும் உள்ளது வாய். இந்த வாய்க்கு தான் நரம்பில்லாது பேசும் நாக்கும் வாசியை உணர்த்தும் உண்ணாக்கும் உள்ளது. வாயில்தான் எச்சில் சுரப்பது. இது வாய்மை பேசுதற்கும், இறைநாமம் உபாசிப்பதற்கும், இசையுடன் இறைப்புகழ் பாடுவதற்கும் உள்ள சாதனமாய் இருப்பதனால் இப்பொறி ஞானேந்திரியம் ஆனது. ஒன்பது வாசலில் ஒரு வாசலாக விளங்கும் வாய் இரு செயல்களை செய்கின்றது. உண்பதுவும் பேசுவதும் வாயினால் நடைபெறுகிறது. இதனை தீ வழியில் செல்லவிடாது நல்லவழிகளில் நடத்துங்கள். வாய்ருசிக்கு இப்புலனை வீழாது கட்டுப்படுத்தி நல்ல உணவை மட்டுமே உட்கொண்டு மற்றென்னேரமும் திருவாசகம் திருப்புகழ் போன்ற நன்னூல்களைப் பாடுங்கள். இப்புலனை இறைவன் புகழ் பாடுவதற்கும் வாழ்த்துவதற்கும் செயல்படுத்தி ஞானேந்திரியமாக மாற்றுங்கள். வாயார வாழ்த்துகின்றார் மனதமர்ந்த தெய்வம் என வள்ளலார் பாடுவார். கண்ணுண்டு நோக்க காதுண்டு கேட்க பண்ணுண்டு பாட என்று பட்டிணத்தார் பாடுவார். ஆதலால் இப்புலனை நற்புலனாக மாற்றி நல்லதையே பேசி நானாக நின்ற நாதனையே பாடி வாழ்ந்து கொண்டிருங்கள்.

இனிய உளவாக இன்னாத கூறல்
கனியிருப்ப காய் கவர்ந்தற்று **- குறள் -**

3. கண்

கண் நெருப்பு அம்சமாக விளங்குவது. கண்கள் தான் உடம்பில் உள்ள உறுப்புகள் யாவிலும் சிறந்தது. கண்ணே ஐம்புலன்களிலும் மேலானது. நன்மை தீமைகளை காட்டித் தருவது கண்கள். பார்க்கும் பொருள்களில் எல்லாம் ஆசையை தூண்டுவிப்பது கண்கள். மனதில் குற்றமிருந்தால் கண்கள் காட்டிக்கொடுக்கும். கண்கள் தெளிவாயிருந்தால் மனமும் தெளிவாய் இருக்கும். இயற்கையின் அழகை ரசிப்பதற்கு இறைவனைக் கண்டு களிப்பதற்கும் காரணமாய் இருப்பவை கண்களே. கண்ணிலே அன்பிருந்தால் கல்லிலே தெய்வம் வரும் என்பார் கவியரசு. ஆகவே தீவழி செல்லும் இப்பொறியை நல்வழியில் திருப்பி ஞானமடையுங்கள். கண்களை கண்ணுங்கருத்துமாக பாதுகாருங்கள். கண்களில் நோய் வராமலும் பாவம் சேராமலும் இருக்க சித்தர்கள் சொன்ன நேத்திர சுத்தியை தினசரி செய்து யோக ஞான சாதனைகளை பயின்று மெய் நிலை அடையுங்கள்.

எண்என்ப ஏனை எழுத்தென்ப இவ்விரண்டும்
கண்என்ப வாழும் உயிர்க்கு - குறள்

4. மூக்கு

மூக்கு நம் உடம்பில் காற்று அம்சமாக விளங்குகின்றது. இதன் இருவாசல் வழியாகவே சுவாசம் இடைவிடாது இறக்கும் வரை நடந்து கொண்டிருக்கிறது. மேலும் இது நறுமணத்தையும் நாற்றத்தையும் உணரச் செய்யும் புலனாகவும் செயல்படுகின்றது. இதன் வழியாக ஒரு நாளைக்கு 21600 மூச்சு ஒவ்வொரு மனிதர்க்கும் ஓடிக் கொண்டிருக்கின்றது. இச்சுவாசம் உடலுக்குள் 8 அங்குல அளவில் உட்சென்று வெளிவிடும் மூச்சு 12 அங்குல அளவிலும் நடந்து வருகிறது. வெளிவிடும் மூச்சில் 4 அங்குலம் உயிர்காற்றும் சேர்ந்து வெளியேறி ந்'டமடைகிறது.

இவ்வாறு ஒவ்வொரு சுவாசத்திலும் நம் உயிர்காற்று உட்சுவாசமாக கலந்து வெளியேறி விரயமாகி இறுதியில் உயிரில் இருந்து காற்று யாவும் தீர்ந்து போய் மரணம் நேரிடுகிறது. ஆதலால் இவ்வுடம்பில் விதியாக அமைந்து இயங்கிக் கொண்டிருப்பது மூக்கின் வழி நடக்கும் சுவாசத்தில் உள்ளது என்பதை உணர்ந்து

கொள்ளுங்கள். இவ்வாறு மூக்கின் வழி நடக்கும் சுவாசத்தை கட்டுப்படுத்தி பிராணன் என்னும் உயிரை வளர்க்கும் கலை பிராணாயாமம். அதனை ரேசகம், பூரகம், கும்பகம் என்று உட்சுவாசத்தை விரயமாக்காது பிராணனில் சேர்த்து ஆயுளை பெருக்கும் கணக்கை அறிந்து சொன்னவர்கள் சித்தர்கள். அவர்களே உயிரை வளர்ப்பதற்கு பிராணாயாமம் என்னும் கலையையும், அவ்வுயிரை இறைவனோடு சேர்த்து இறவாநிலை பெறுவதற்கு வாசியோகம் என்ற சாகாக்கல்வியையும் இவ்வுலகிற்கு கற்றுத் தந்தவர்கள். ஆதலால் மூக்கு எனும் புலனை அறிந்து அதன் வழியே ஓயாமல் நடந்து வரும் மூச்சைக் கட்டுப்படுத்தி இறவாநிலை அடைய மெய்ப்பாடு படுங்கள்.

5. காது

காது நம் உடலில் ஆகாயத்தின் அம்சமாக இருக்கின்றது. எந்த ஒலியையும் கேட்பதற்குரிய புலனாக காது இயங்குகின்றது. இதனை தீயவைகளை கேட்காது விலகி நல்லிசை, நல்லுரைகள் போன்றவைகளை கேட்டு ஞான சிந்தனைகளை பதிந்து வைக்க பயன்படுத்த வேண்டும்.

செல்வத்துள் செல்வம் செவிச்செல்வம் - அச்செல்வம்
செல்வத்துள் எல்லாம் தலை - குறள் -

"பீளையும் நீரும் புறப்படும் ஒருபொறி
மீளுங் குறும்பி வெளிப்படும் ஒருபொறி
சளியும் நீரும் தவழும் ஒருபொறி
உமிழ்நீர் கோழை ஒழுகும் ஒருபொறி
வளியும் மலமும் வழங்கும் ஒருவழி சலமும் சீயுஞ்சரியும் ஒருவழி
உள்ளுறத் தொடங்கி வெளிப்பட நாறும் சட்டகம் முடிவில் சுட்டெலும்பாகும்
உடலுறு வாழ்க்கையை உள்ளுறத் தேர்ந்து கொள்ளுங்கள்"

என பட்டிணத்தார் பாடுகின்றார்.

இவ்வாறு உடம்பில் உள்ள ஐம்புலன்களையும் நன்கு அறிந்து அதை அதனதன் போக்கில் போகாது தடுத்து கட்டுப்படுத்தி இவைகளையே ஞானம் அடையத்தூண்டும் ஞானேந்திரியங்களாக மாற்றி யோக ஞான சாதனைகள் பயின்று வெற்றி பெறுங்கள். நம்மைச் செயலாற்றத்தூண்டும் புலன்களே இந்த ஐந்தும். இவற்றைச்

சரியான முறையில் பயன்படுத்தினால் இந்த ஐம்புலன்களும் நம்மை மென்மேலும் உயர்வடையச் செய்யும்.

கன்மேந்திரியங்கள் 5

வாக்காதி ஐந்தடியோ வந்த வகை கேளாய்
ஓக்கம் அதானதடி உண்மை அது அல்லவடி

- அகப்பேய்சித்தர்

1. வாக்கு (நாக்கு)
2. பாணி (கை)
3. பாதம் (கால்)
4. பாயுரு (மலவாய்)
5. உபஸ்தம் (கருவாய்)



விஷம்

1. வாக்கு (நாக்கு)

உலகத்திலே பயங்கரமான ஆயுதம் எது?

நெறிகெட்டுப் போன நயவஞ்சகரின் நாக்கு தான் அது! என்பது ஒரு பழைய திரைப்பாடல். வாக்கு வாயிலுள்ள நாக்கிலிருந்து வெளிப்படுவது. இந்நாக்கு பொய்யையும் மெய்யையும் பேசுகின்றது. சொற்கள் உருவாவதெல்லாம் மனதில் இருந்து தான். அதை வெளிக் கொண்டு வந்து பேசுவது நாக்கு. இந்த நாக்கு பலருக்கு எப்படியும் புரண்டு பேசக்கூடிய திறன் உடையது. இந்நாக்கிலிருந்து வரும் வாக்கினால் பிறர் மனம் புண்படுமாறு பேசுவது பாவமாகும். இதனைப் பொய்யா மொழிப் புலவரும் திருக்குறளில்

"தீயினால் சுட்டபுண் உள்ளாறும் ஆறாதே
நாவினால் சுட்ட வடு"எனக் கூறி எச்சரிக்கின்றார்.

ஆதலால் கண்டபடி பேசும் இந்நாவைக் கட்டுப்படுத்தி அதனை இறை நாமம் செபம் செய்யவும் இறைப்புகழை தோத்தரிக்கவும் பழக்கப்படுத்த வேண்டும். நான் மறக்கினும் என் நா மறக்காது நமசிவாயத்தை என்பார் சுந்தரர். வாக்கினால் செய்ய வேண்டிய கர்மாக்களை நன்முறையில் நடத்தி நல்லதையே பேசி நன்மைகளை செய்து இறைவன் கருணையை பெறுங்கள்.

2. பாணி (கை)

உழைத்து உண்பதற்கு இறைவன் இருகைகளையும் கொடுத்துள்ளான். அதனை தீவினைச் செயல்களுக்கு ஆட்படுத்தாது இறை சேவை செய்து நல்வினைக்கும் பயன்படுத்த வேண்டும். இறைவனைக் கைக்கூப்பி வணங்கி தொழுதற்கும் உலக நன்மைகளுக்கு தொண்டு செய்தற்கும் கைகளைக் கொண்டே பணியாற்ற வேண்டும்.

3. பாதம் (கால்)

மனிதன் நடப்பதற்கும் ஓடி உலாவுதற்கும் உறுதுணையாக இருப்பது கால்கள். கால்களைக் கொண்டே உடம்பு உறுதியாய் நிற்கின்றது. கால்களினால் நடந்து பாதயாத்திரை செய்வது, மலைகள் ஏறி நடப்பது, ஆலயங்கள் சுற்றி கிரிவலம் வருவன போன்றவை

இறையருள் பெறுவதற்கு துணையாய் நிற்பதோடு உடலையும் வலுவாக்கி நோயற்ற வாழ்வைத்தரும்.

4. பாயுரு (மலவாய்)

உண்ட உணவு உடலில் சேர்ந்து ஜீரணமாகி எருவாக வெளிவரும் வாசல் குதம். இவ்வாசல் மலச்சிக்கல், பேதி போன்றவைகளால் கேடு நேரா வண்ணம் கவனமாக பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். வாழும் காலங்களில் மனிதன் கண்ட உண்மையான சுகம் என்பது இவ்வாசல் வழி வெளியேறிய மலமே. மலம் சேர்ந்து தங்குவதால் நோயும் துன்பமும் இவ்வுடலுக்கு வந்து சேரும் என்பதை அறியுங்கள்.

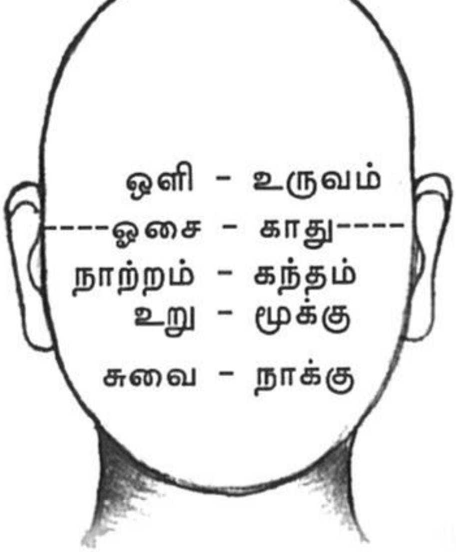
5. உபஸ்தம் (கருவாய்)

ஒன்பதாவது வாசலாக உள்ளதுவே கருவாயில் என்ற உபஸ்தம். இவ்வாசல் வழியே சிறுநீரும், இந்திரியமும் வெளியேறுகிறது. இவ்வழியே வெளியேறும் விந்து தான் உயிர் உருவாகக் காரணம். அதனை வீணாக்காது உடம்பிலேயே ஆவியாக்கி சேர்ப்பதுவே சித்தர்கள் கண்ட வாசியோகம். விந்து விட்டவன் நொந்து கெட்டான் என்பது பழமொழி.

பஞ்ச தன் மாத்திரைகள்

தன்மாத்திரை என்பது பொறிகளின் மூலக்கூறு.

1. சுவை 2. ஒளி 3. ஊறு 4. ஓசை 5. நாற்றம்



1. சுவை – ரசம்

இது நீரின் தன்மாத்திரையாக இருப்பது. இது உணவின் சுவையை உணரச்செய்வது. நாவில் ஊறும் நீருடன் இணைந்து இது சுவையை அறிவிக்கச் செய்கிறது.

2. ஒளி - ரூபம்

இது அக்னியின் தன் மாத்திரையாக இருப்பது. இது கண்களில் உள்ள அக்னியால் வெளிச்சமாகி பலவித ரூபங்களை கண்களில் நின்று காட்டி வைக்கின்றது.

3. ஊறு - ஸ்பரிசம்

இது காற்றின் தன்மாத்திரையாக இருப்பது. இது தேகம் முழுவதும் பத்து வாயுக்களுடன் கூடி வியாபித்திருப்பதனால் தொட்டதும் உணரும் உணர்வை உடம்பின் மூலமாக காட்டுவிக்கின்றது.

4. ஓசை – சப்தம்

இது ஆகாயத்தின் தன் மாத்திரையாக இருப்பது. இது செவியின் உட்புறத்திலுள்ள மெல்லிய சவ்வின் வழியாக சப்தத்தை கேட்பிக்கச் செய்கின்றது.

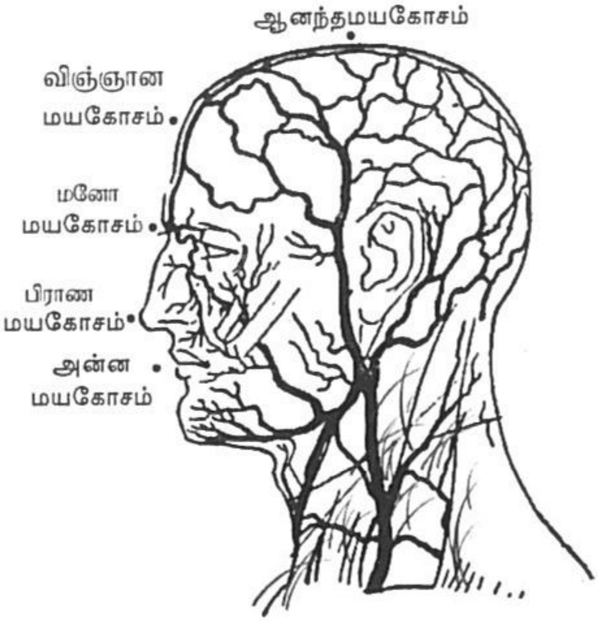
5. நாற்றம் - கந்தம்

இது மண்ணின் தன்மாத்திரையாக இருப்பது. இது மூக்கின் வழியாக உட்சென்று வாசனைகளை அறியச் செய்கின்றது. மூக்கின் வழி செல்லும் சுவாசத்தின் மூலம் நுகரச் செய்து நற்கந்தங்களையும் துர்க்கந்தங்களையும் உணரச் செய்கின்றது.

பஞ்ச கோசங்கள்

1. அன்னமயகோசம்
2. பிராணமயகோசம்
3. மனோமயகோசம்
4. விஞ்ஞானமயகோசம்
5. ஆனந்தமயகோசம்.

கோசம் என்பது உடலுக்குள் உடலாய் இருக்கும் உறுப்பு. நம் உடலில் ஒன்றுக்கொன்று சூக்கும தொடர்புடையதாய் பஞ்சகோசங்கள் செயல்படுகின்றது. இது சூக்கும உடம்பாகி நம் உயிரில் வியாபித்திருக்கின்றது. இந்த பஞ்சகோசங்களால் தான் உடம்பும் உயிரும் ஒன்றிணைந்து உருவாகி உலாவுகின்றது.



1. அன்னமய கோசம்

இந்த உடம்பு உணவினால் உருவாகி வளர்ந்து வருகின்றது. உணவினால் பிழைத்து வாழ்ந்து வருகின்றது. உணவு இல்லையாயின் பசியினால் வருந்தி மெலிந்து பின் அழிகின்றது. உடம்பின் மேல்தோல், அடித்தோல், மாமிசம், இரத்தம், எலும்பு,மஞ்ஜை ஆகிய இவற்றின் ஒட்டு மொத்த தொகுப்பாக இது இருக்கின்றது. இந்த உடம்புக்கென்று உறுதியான குணமும் இல்லை, அறிவும் இல்லை. ஆதலால் அன்னமயகோசமாகிய இவ்வுடம்பு நிலையற்றது என சொல்கின்றனர்.

நீர்மேல் குமிழி இக்காயம் - இது
நில்லாது போய்விடும் நீ அறி மாயம் என்பார் கடுவெளி சித்தர்

2. பிராணமய கோசம்

காற்றால் அமைந்த உடம்பு பிராணமய கோசம் எனப்படும். இது சூட்சம உடம்பினுள் அமைந்திருக்கின்றது. இது பஞ்ச கன்மேந்திரியங்களான வாக்கு, கைகள், கால்கள், எருவாய், கருவாய் என்ற ஐந்து தொழிற்கருவிகளுடன் பிணைக்கப்பட்டு செயலாற்றுகின்றது. இது போய் கொண்டும் வந்து கொண்டும் இருக்கும் மூச்சுக்காற்றாகி உலாவுவது போல் சுவாசத்தின் மூலம் உடம்பையும் உயிரையும் ஆட்டி வைக்கிறது. இந்தக் காற்றுடம்பை காண முடியாது போனாலும் அவரவரும் உணரமுடியும்.

3. மனோமய கோசம்

மனதால் ஆன வெற்றுடம்பே மனோமயகோசம் எனப்படும். இது மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவியாகிய ஐம்பொறிகளுடன் கூடி மாடாக மேய்ந்து கொண்டிருக்கிறது. இது குரங்கைப் போல் தாவிக்கொண்டும் பேயாக அலைந்து கொண்டும் இருப்பது. இந்த உடம்பிலிருந்தே மனம் நினைவையும் எண்ணங்களையும் உற்பத்தி செய்கின்றது. இதுவே நான் எனது என்று கருதுவதற்கு காரணமாய் இருப்பது. இதுவே பெயர் ஊர் நிறம் போன்றவைகளை நினைவில் நிறுத்தி வைக்கக்கூடியது. எனது உனது என்ற வேற்றுமைகளை தோற்றுவிப்பது. இது இராஜஸ, தாமஸ குணங்களால் அழுக்கடைகிறது. சத்துவ குணத்தால் தூய்மை அடைகிறது.

4. விஞ்ஞானமய கோசம்

ஆறறிவாகிய புத்தியினால் ஆன அறிவுடம்பே விஞ்ஞானமய கோசம் எனப்படும். இதுவே ஐம்பொறி புலன்களுடன் கூடி பல புதிய கண்டுபிடிப்புகளை உலகில் கொண்டு வருவது. இது இயல்பாகவே அகங்காரம் உடையது. ஒரு பொருளை அறிவதும் செயல்புரிவதும், இதற்கு நான்தான் கர்த்தா என்று சொல்லிக்கொள்ள வைப்பதும் இந்த விஞ்ஞானமய கோசம். இது முற்பிறவி வாசனையால் உந்தப்பட்டு நல்வினை தீவினைகளை செய்யத்தூண்டும். அவற்றால் வரும் இன்ப துன்பங்களை அனுபவிப்பது இதுவே. இதுவே அவஸ்தைப்படும் சுகதுக்கம் எனும் அனுபவங்களை உணர்வது. மேலும் அறிவையும் அணுவையும் ஆராய்ச்சி பண்ணக்கூடியதும் இதுவே.

5. ஆனந்தமயகோசம்

ஆன்மாவினால் ஆகிய உடம்பே ஆனந்தமயகோசம் எனப்படும். ஒவ்வொரு மனிதனும் ஆழ்ந்து தூங்கும்பொழுது இந்த ஆனந்த நிலை அடைகின்றான். அறியாமை கூடவே இருப்பதினால் அதை உணரும் சக்தி இல்லாது போகின்றான். எல்லா உறுப்புகளும் அடங்கி ஒடுங்கும் சமயத்தில் ஆன்மா ஒளியுடனும் ஆனந்தத்துடன் இருக்கின்றது. அந்த ஆனந்தத்தை அனுபவிக்கும் உடம்பு தான் ஆனந்தமய கோசமாகும். அதில் சந்தோ'மும் அன்பும் எப்போதும் நீடித்திருக்கும். ஆன்மாவில் வைக்கும் பற்று ஆண்டவனை அடைவதால் அடைகின்ற பேரானந்த நிலை மகிழ்ச்சியை இக்கோசம் உண்டாக்கும். யோகிகளும் ஞானிகளும் சித்தர்களும் ஆன்மாவின்

வடிவத்தில் ஆழ்ந்திருப்பதனால் எப்போதும் ஆனந்மயதகோசத்திலேயே நின்று ஆனந்தத்தையே அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள்.

ஆறாதார தெய்வங்களை நாடு
அவர்க்கு மேலான ஆதியைத் தேடு
கூறான வட்ட ஆனந்தத்தில் கூடு
கோசம் ஐந்தும் கண்டும் குன்றேறி ஆடு

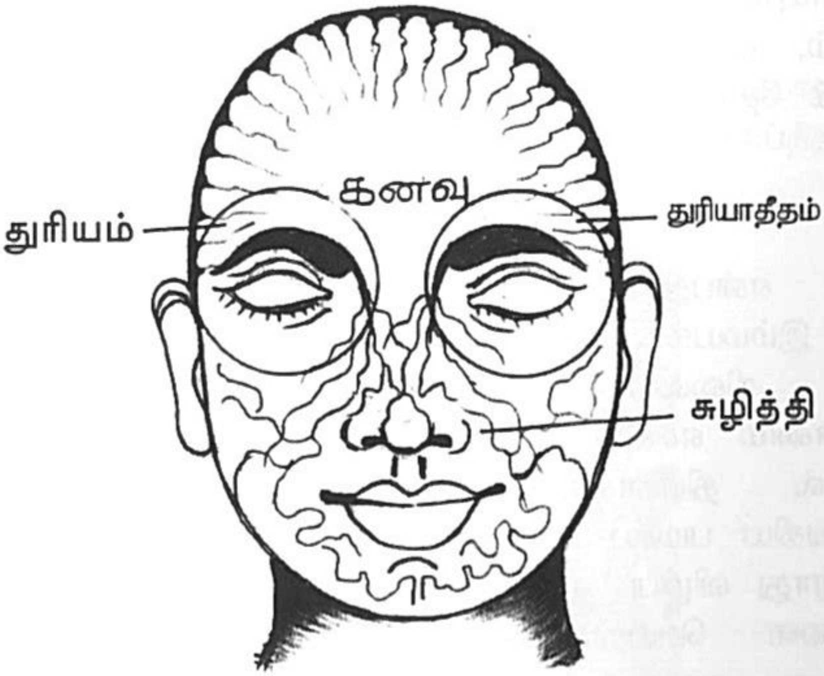
\- இடைக்காடர்

பஞ்ச அவத்தைகள்

அகங்கார மாடு கண்மூன்றகற்றி விடுகோனே - நாளும்
அவத்தையெனும் மாடதை அடக்கிவிடு கோனே -

இடைக்காடர்

1. விழிப்பு (சாக்கிரம்) 2. கனவு (சொப்பனம்)
3. மயக்கம் (சுழுத்தி) 4. துரியம் (உயிர்நிலை)
5. துரியாதீதம் (இறைநிலை)



இந்த பஞ்ச அவத்தைகளையும் உடம்பு அனுபவிக்கின்றது. இந்த அனுபவங்களை கடந்துதான் ஞானம் பெற வேண்டும். இவைகள் ஐந்தும் தனக்குள் ஏற்படும் ஐந்து நிலைகளாகும்.

1. விழிப்பு – சாக்கிரம்

எப்போதும் சாக்கிரதையாக இரு என்பர் பெரியோர். கண்கள் விழித்து பார்த்திருக்கும் நிலையே விழிப்பு அல்லது சாக்கிரம் ஆகும். இது இப்பிரபஞ்சம் முழுவதையும் பார்க்கவும் அதன் தன்மைகளை அறியவும் கூடியது. ஞானேந்திரியங்களால் பெற்ற அறிவைக் கொண்டு அறிந்தும், கன்மேந்திரியங்களால் பெற்ற அனுபவத்தைக் கொண்டு உணர்ந்தும் அந்தக் கரணங்களைக் கொண்டு தெளிந்தும் ஒருசேரக் காண்பதுவே விழிப்பு நிலையாகும். வள்ளலார் உபதேசிக்கும் விழித்திரு என்பது தான் இது.

2. கனவு – சொப்பனம்

உடம்பு ஆழ்ந்த உறக்கத்தில் இருக்கும்போது காண்பது கனவு. அந்தக் கரணங்கள் நான்குடன் தான் அனுபவித்த முன்சென்ம பழைய வினைகள் பற்றிய அறிவையும், இச்சென்ம அஞ்ஞானம் அறிவீனம் பற்றிய உண்மைகளையும் கழுத்து எனும் கண்டத்துக்கு மேலே திரைப்படம் போல காண்பதுவே கனவு. இதனை ஸ்ரீகாகபுஜண்டர் பெருமான் தம் பாடலில் உடம்பில் உள்ள பித்தம் பெருகி வாயுவுடன் கலந்து மேலேறி அறிவினில் சேரும்போது நல்ல கனவுகளும், அதுவே கீழிறங்கி உயிர்நிலையில் சேரும்போது கெட்ட கனவுகளும் தோன்றும் என்று கூறுகிறார்.

3. சுழுத்தி – மயக்கம்

சுழுத்தி என்பது உடம்பில் ஏற்படும் மயக்கநிலை. உலகில் அனேகர் இம்மயக்கநிலை வந்து மருளாடுவார்கள். பலர் நன்கு உறங்கும் நிலையில் இச்சுழுத்தியினால் ஆட்பட்டு வாய் திறந்தவண்ணம் எச்சில் ஒழுகியபடியே இருப்பார்கள். சிலர் தியான சாதனையில் திளைத்திருக்கும் போது இச்சுழுத்தி ஏற்பட்டு தலைதொங்கிய படியே மயக்க நிலையில் மயங்கி இருப்பர். சுழுத்தி நிலை வாராது விழிப்பு நிலையில் கவனமுடன் இருந்து யோக ஞான சாதனைகளை செய்து வர வேண்டும். ஏனெனில் இச்சுழுத்தி உடம்பில் சுளுக்கு, மூச்சுப்பிடிப்பு போன்றவைகளையும், நரம்புப்பிணிகளையும் ஏற்படுத்தி விடக்கூடும். சாதகர்கள் இச்சுழுத்தி நிலைக்கு ஆட்படா வண்ணம் வாழ வாசியோகத்தையே பின்பற்றி தியானம் செய்து பழகி வர வேண்டும்.

4. துரியம் - உயிர்நிலை

உடம்பின் மூலப்பொருளான உயிர் இருக்கும் இடத்தில் உயிரும் உடம்பும் ஒன்றி நிற்கும் நிலையே துரியம் எனப்படும். துரியநிலை அனுபவம் மெய் பக்தர்களுக்கு எளிதில் கிடைக்கும். ஆனால் உயிர் இருப்பிடத்தை அவர்களால் உணரமுடியாது. தன்னை அறிந்து தியானம் செய்பவர்களே இத்துரிய நிலையை அறியவும் உணரவும் முடியும். யோக ஞான சாதகர்கள் தங்கள் தியானத்தை துரியத்தில் நின்று செய்வதுவே இறைவனிடம் சேர்க்கும்.

5. துரியாதீதம் - இறைநிலை

உயிரில் ஈசன் ஒளிந்திருந்து உலாவும் இடம் துரியாதீதம். இதையே வெட்டவெளி என சித்தர்கள் இயம்புவர். இவ்விடத்தை அறிந்து இவ்விடத்திலேயே நின்று 96 தத்துவங்களையும் உள்ளடக்கி சும்மா இருப்பதுவே தவம். இதனையே வள்ளலார் வெளிக்கு உள் வெளிகடந்து சும்மா இருக்கும் சுகம் என குறிப்பிடுகின்றார். இறைவனை அடையவும் இறவாநிலை பெறவும் விரும்புகின்ற யோகிகளும் ஞானிகளும் துரியாதீதத்திலேயே தவம் செய்து வாழ்ந்து கொண்டிருப்பர்.

இவ்வாறு நம் உடம்பிலேயே நின்று செயலாற்றிக் கொண்டிருக்கும் பஞ்ச அவத்தை தத்துவங்களையும் உங்களில் ஆராய்ந்து அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

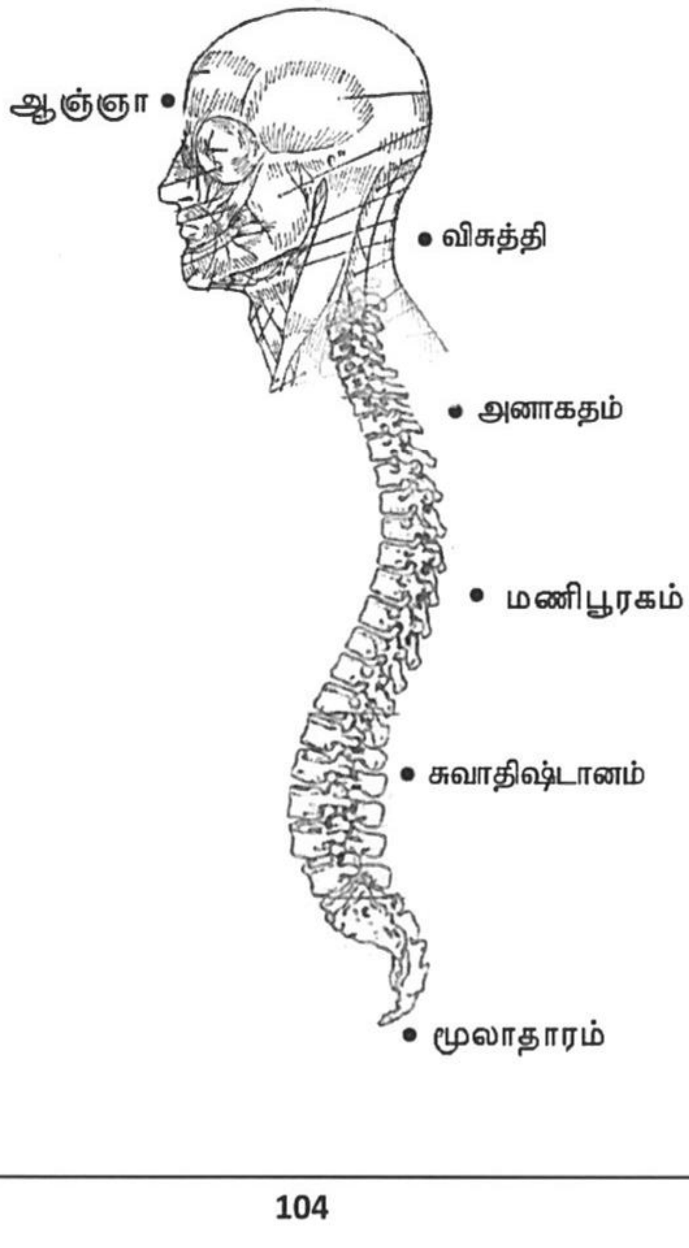


பாம்பாட்டி சித்தர்
திருஞானம் துவாரகை

ஆறாதாரங்கள்

1.மூலாதாரம் 2.சுவாதிஷ்டானம் 3.மணிபூரகம் 4.அனாகதம் 5.விசுத்தி 6.ஆஞ்ஞா

உடம்பினுள் ஆறு ஆதார சக்கரங்கள் இருக்கின்றது. இந்த ஆதாரங்களில் இருக்கும் சக்தியின் விளைவாலேயே உள்உறுப்புகள் இயங்கி முறையாக வேலை செய்கின்றது. இந்த சக்கரங்களில் உள்ள சக்தியே உடம்பையும் உயிரையும் காப்பாற்றிக் கொண்டிருக்கிறது. இச்சக்தி இயங்காது போனால் உடல் உயிர் உள்ளம் என்ற மூன்றுக்கும் இன்னல்கள் ஏற்படும். ஆதலால் ஆறாதாரங்களையும் அதன் இருப்பிடங்களையும் அங்கிருக்கும் தெய்வங்களையும் நன்கு அறிந்து கொள்ளுங்கள்.



1. மூலாதாரம்

எருவிடு வாசற் கிருவிரன் மேலே
கருவிடும் வாசற் கிருவிரற் கீழே
உருவிடும் ஈசனை யுள்க வல்லார்க்குக்
கருவிடுஞ் சோதி கலந்து நின்றானே - திருமந்திரம்

மூலாதாரம் என்பது தூல உடம்பில் கீழிருக்கும்இருவாசல்களுக்கு இடையே இருப்பது. இது உடம்பில் பைனல்காட் எனும் முதுகுத் தண்டின் அடிப்பகுதியிலும் எண்சாண் உடம்பின் நடுப்பகுதியாகவும் இருக்கும் இடம். அங்கு நான்கு இதழ் கமலத்தில் முக்கோணபீடமாக மூலாதாரம் அமைந்து உள்ளது. அவ்விடத்தில் தான் கணபதி வாசம் செய்கின்றார். அக்கோணத்தில் கனலாக குண்டலினி சக்தி பாம்பைப் போல் சுருண்டு கொண்டு பிந்துவாக உறங்கிக் கொண்டிருக்கிறாள். இதனை எல்லா சித்தர்களும் ஞானிகளும் யோகிகளும் உண்மையென்று உணர்ந்து உபதேசம் செய்கின்றார்கள். மூலாதாரத்தில் கணபதியை வணங்கி குண்டலினி சக்தியை எழுப்புவதே வாசியோகம் ஓம் என்ற ஓங்காரமே மூலாதாரத்திற்குரிய மந்திரம்.

உடம்பினுள் இருக்கும் வாதபித்த சிலேத்துமங்களால் வரும் பிணிகள் யாவிற்கும் மருந்தாக தனஞ்செயன் எனும் வாயுவை சக்தியாக இறைவன் மூலாதாரத்தில் வைத்துள்ளான். இதனை அறிந்து இச்சக்தியை எழுப்பி யோகம் செய்பவர்கள் தான் உண்மையான யோகிகள்.

2. சுவாதிஷ்டானம்

கட்டவல்லார்கள் கரந்தெங்கும் தானாவார்
மட்டவிழ் தாமரை உள்ளே மணஞ்செய்து
பொட்டெழக் குத்திப் பொறிஎழத் தண்டூன்றி
நட்டிடு வோர்க்கு நமனில்லை தானே - திருமூலர்

சுவாதி'டானம் மூலாதாரத்திற்கு மேலாக நான்கு விரற்கடை அளவிலும் தொப்புளுக்கு கீழும் இருக்கும் அடிவயிறு எனும் இடத்தில் அமைந்துள்ளது. இங்கு பிரம்மாவும் சரஸ்வதியும் கொலுவீற்றிருப்பார்கள். இச்சுவாதி'டான சக்கரத்தின் பின்னேதான்

விந்துப்பை இருக்கின்றது. ஆதலால் இங்கிருந்தே பிரம்மன் பிண்டம் பிடிக்கின்றான். அடிவயிற்றில் மலம் தங்கியிருப்பதால் இதை மண்பூதம் எனசொல்லுவார்கள். இ∴து நாற்சதுர வீடாகவும் ஆறு இதழ்களுடைய தாமரைக்கமலமாகவும் இதன் நடுவே 'ந' என்ற நகார அட்சரமும் அமைந்துள்ளது.

2. மணிபூரகம்

சொல்லரிது மந்திரத்துக் கெட்டா வீடு
சோதி மணிபூரகத்தில் அமர்ந்தமூர்த்தி
வெல்லரிது நாபியதன் கமலத்துள்ளே
விரைந்து இதழ் ஈரைந்து பத்து - ஞானவெட்டியான்

மணிபூரகம் என்பது தொப்புள் எனும் உந்திக்கமலமாக உள்ள இடம். இங்கு வி'ணுவும் லெட்சுமியும் கொலு வீற்றிருப் பார்கள். இது உடம்பில் நீர் பூதக்கூறாக இருக்கின்றது. இச்சக்கரத்தின் பின்னேதான் சிறுநீரகம் அமைந்துள்ளது. மணிபூரகசக்கரம் பிறைவடிவாகவும் பத்து இதழ்களையுடைய கமலமாகவும் இதன் நடுவே "ம" எனும் மகார அட்சரமும் அமைந்துள்ளது.

4. அனாகதம்

அஞ்சிலே பிஞ்சிலே வஞ்சியரே நிதம்
கொஞ்சி விளையாடும் வஞ்சியரே
நெஞ்சிலே ருத்திரன் சூழிருப் பானவன்
நேருடனாமடி வாலைப் பெண்ணே - கொங்கணர்



சட்டை நாதர்
திருவரங்கம்

அனாகதம் எனும் சக்கரம் நெஞ்சு நடு பள்ளத்தில் அமைந்து இருப்பது. இதன் பின்னே இதயம் அமைந்திருப்பதால் இங்கு எப்போதும் உஷ்ணமும் துடிப்பும் இருந்து கொண்டேயிருக்கும். இங்கு ருத்திரனும், ருத்திரியும் கொலு வீற்றிருப்பார்கள். இது முக்கோணபீடமாகவும், பனிரெண்டு இதழ்களைக் கொண்ட கமலமாகவும் இதன் நடுவே "சி" எனும் சிகார அட்சரமும் அமைந்துள்ளது. இது நெருப்பின் கூறாகும்.

6. விசுத்தி

விசுத்தி மகேசுரனை விழி திறந்து பாராமல்
பசித்துருகி நெஞ்சம் பதறினேன் பூரணமே - பட்டினத்தார் -

வாயுவறு கோணத்தில் வாழும் மகேச்சுரனைத்
தோயும் வகை கேட்கத் தொடங்குவதும் எக்காலம்?

- பத்ரகிரியார் -

விசுத்தி எனும் சக்கரம் கழுத்துக்கண்டத்தில் அமைந்து இருக்கின்றது. இதன் பின்னே "தைராய்டு" எனும் சுரப்பி இருக்கின்றது. இங்கு மகேஸ்வரனும் மகேஸ்வரியும் கொலுவீற்றிருப்பார்கள். இது காற்றின் கூறாக இருப்பது. இது அறுகோண பீடமாகவும் பதினாறு இதழ்களையுடைய கமலமாகவும் இதன் நடுவே "வ" எனும் வகார அட்சரமும் விளங்குகின்றது.

7. ஆஞ்ஞா

அத்தியிலே கரம் பத்தியிலே மனம்
புத்தியிலே நடு மத்தியிலே
நெற்றி சதாசிவ மென்று சொன்னேன் உன்றன்
நிலைமையைப் பாரடி வாலைப் பெண்ணே

- கொங்கணர்

ஆஞ்ஞா எனும் சக்கரம் நெற்றிக்கு மத்தியில் இரு புருவங்களின் நடுவாக அமைந்து இருக்கின்றது. இது ஆகாயத்தின் கூறாக இருப்பது. இதன் பின்னே "பிட்யூட்டரி" எனும் சுரப்பி அமைந்துள்ளது. இங்கு சதாசிவனும் மனோன்மணியும் கொலு வீற்றிருப்பார்கள். இது

வட்டவடிவான பீடமாகவும் இரண்டு இதழ்களை உடைய கமலமாகவும் இதன் நடுவே "ய" எனும் அட்சரமும் விளங்குகின்றது.

இவ்வாறு உடம்பினுள் ஆறு ஆதாரங்கள் அமைந்திருப்பதை அறிந்து அங்கிருக்கும் தெய்வ சக்திகளை வணங்கி அருள்பெற்று யோகஞான சாதனைகளை தொடங்குங்கள்.

தாதுக்கள் - 7

இடமறிந்தார் இத்தனையும் காணவேண்டும்
இல்லறத்தில் இருந்தாலும் பூணவேண்டும்
சடமென்ன குடிசையென்ன மடந்தானென்ன
தாதுநிலை கண்டாலாச்சு சிரமமென்ன
குடமென்ன நீர் நிறைந்தாப் போலே வாசி
குண்டலினியைக் காணார்க்கு மாயமாகும்
தடமென்ன இதை அறிந்தால் வழியதாகும்
சத்தி சிவமால் காமி அறியலாமே - ஸ்ரீகாகபுஜண்டர்



1. இரசம்	2. இரத்தம்	3. மாமிசம்
4. மேதஸ்	5. அஸ்தி	6. மச்சை

7. சுக்கிலம் (அல்லது) சுரோணிதம்

1. இரசம்

இது நம் உடம்பின் தோலில் உள்ள ஒருவகையான திரவம். உடலில் சிராய்ப்பு போன்ற காயங்கள் ஏற்படும் போது இத்திரவம் சுரப்பதை காணலாம். இதனை வழக்கத்தில் ஊண் நீர் என்று சொல்வார்கள். இதுவே இரசம் என்பது. இது தோலின் திசுக்களால் மூடப்பட்டுள்ளது. இது நம் உடலை பாதுகாப்பதோடு மேனிக்கு அழகையும் தருகின்றது.

2. இரத்தம்

நம் உடம்பின் உள்ளே உள்ளங்கால் முதல் உச்சந்தலை வரை உடம்பு முழுதும் இரத்தம் ஓடிக்கொண்டிருக்கிறது. இது அன்னமய கோசத்தாலும் நீராலும் அணுக்களாக உருவாகி உடல் முழுதும் பரவி ஓடி சக்தியைக் கொடுக்கின்றது. இது வெள்ளை அணு என்ற சுத்த இரத்தமாகவும் சிவப்பு அணு என்ற அசுத்த இரத்தமாகவும் உடல் முழுதும் வியாபித்து ஓடிக்கொண்டிருக்கிறது. இந்த இரத்த ஓட்டத்தை இதயம் ஓய்வின்றி நடத்தி கொண்டுள்ளது. இது இரத்த நாளங்கள் வழியாக உடல் முழுதும் ஓடி சக்தியைக் கொடுத்துக் கொண்டிருக்கிறது.

3. மாமிசம்

மாமிசம் என்பது தசை அல்லது சதை எனக் கூறப்படும். இது அன்னமய கோசத்தால் திசுக்களாக உருவாகி மாமிசமாக உடம்பில் இருந்து கொண்டுள்ளது. இது எலும்பு மற்றும் நரம்பு மண்டலங்களை ஒரு போர்வை போல் போர்த்தி பாதுகாப்பு படலமாக திகழ்கின்றது. மூளை, இதயம், சிறுநீரகம், இரைப்பை, கல்லீரல், நுரையீரல் போன்ற உள்ளுறுப்புகள் யாவும் இம்மாமிசத்தால் ஆனதுவே.

4. மேதஸ்

மேதஸ் என்பது நம் உடலில் கொழுப்பாக இருப்பது. இது உடம்பில் இரத்தத்திலும் நாடி நரம்புகளிலும் மற்றும் எலும்பு பகுதிகளில் கொழுப்புப் படலமாக இருந்து கொண்டிருக்கிறது. இது உடம்பின் தேவையான அளவிற்கே இருக்க வேண்டும். இது உடம்பில் அதிகமாக சேர்ந்தால் திமிரும், நோயும் வரும்.

5. அஸ்தி

அஸ்தி என்பது நம் உடலில் உள்ள எலும்புகள் ஆகும். இது நம் உடம்பில் தலைமுதல் கால் நுனிவரை பரவி உறுதியாக நிற்கின்றது. இது நம் உடல் இயங்கவும் நடக்கவும் பயன்படுகின்றது. மண்டை

ஓடு, பல், மூட்டுக்கள் போன்ற பலவும் எலும்பால் ஆனதுவே. இது உறுதித்தன்மையும் வளையும் தன்மையும் கொண்டது.

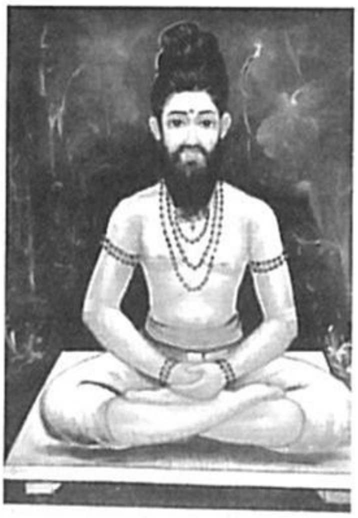
6. மச்சை

மச்சை என்பது எலும்புகளுக்குள் அமைந்திருக்கும் கொழுப்பு நார் ஆகும். இது எலும்புகளின் உட்புறத்திலுள்ள துவாரத்தை நிரப்பிக் கொண்டிருப்பதுடன் எலும்பின் பொருள்களுக்குப் போகும் இரத்தநாடிகளுக்கு உபயோகமுள்ளதாயும் இருக்கிறது.

7. சுக்கிலம் (அ) சுரோணிதம்

சுக்கிலம் என்பது ஆணிலும் சுரோணிதம் என்பது பெண்ணிலும் அமைந்து உயிர்கள் உருவாக காரணமாய் இருக்கின்றது. இதனையே விந்து நாதம் என்றும் கூறுவர். ஆணின் விந்து பெண்ணின் நாதத்துடன் சேர்ந்து கருப்பையில் உயிரும் உடம்பும் வளர்ந்தே இப்பூமியில் மனிதகுலம் தோன்றி பிறந்து கொண்டிருக்கின்றது. இது அன்னமய கோசத்தினால் உருவாகி உடம்பில் ஓடும் சுத்த இரத்தத்தில் 36 சொட்டிலிருந்து ஒரு சொட்டு உதித்து உடம்பின் அடியில் உள்ள விந்துப்பையில் சேர்கிறது. உடம்பில் மகாசக்தியாக விளங்கும் இதனை வீணாக்காது கட்டிக்காக்க வேண்டும். ஆதலால் நம் உடம்பில் முக்கியமான தாதுவாக இருக்கும் சுக்கிலம் மற்றும் சுரோணிதம் என்ற இன்பநீரை நன்கு அறிந்து கொண்டு அதன் வல்லபத்தால் வாசியோகம் பயிலுங்கள்.

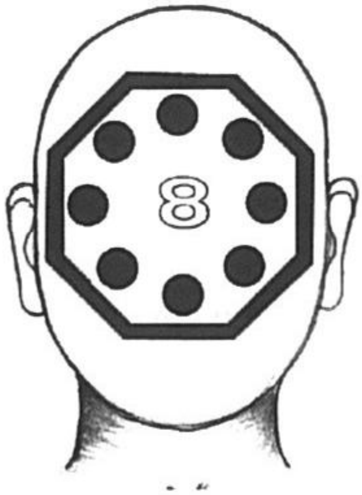
இவ்வாறு நம் உடம்பினுள் ஏழு தாதுக்கள் தத்துவங்களாக அமைந்திருப்பதையும் அதன் முக்கியத்துவத்தையும் அறிந்து உணர்ந்து கொள்ளுங்கள்.



திருமூலர்
திருவாடுதுறை

ராகங்கள் - 8

1. காமம் 2. குரோதம் 3. லோபம் 4. மோகம் 5. மதம்
6. மாச்சர்யம் 7. இடம்பம் 8. அகங்காரம்



இந்த ராகங்கள் என்ற எட்டு தத்துவங்களும் உடம்பில் பற்றி நின்று மனிதனை இறைவனை அடையா வண்ணம் கெடுக்கிறது. இவைகளே மனிதனை பாவியாக்க முயன்று கொண்டு இருக்கின்றது. ஆகையால் இவைகளின் தன்மைகளை முற்றும் அறிந்து கொண்டு இவை நம்மைப் பற்றாவண்ணம் அனைத்தையும் அகற்ற வேண்டும். இதனை விரதங்கள் கடைப்பிடிப்பதாலும், செபம் போன்ற உபாசனைகளாலும், பிராணாயாமம் போன்ற மூச்சுப்பயிற்சிகளாலும், வாசியோகம், தியானம் போன்ற சாதனைகளாலும், நல்லோரின் கூட்டுறவாலும் போக்கடிக்கலாம். இவைகளைச் செய்வதற்கும் இறைவன் கருணையை பெற்றிருக்க வேண்டும். ஆதலால் பாவங்களை செய்யவும் தீவினையைச் சேர்க்கவும் தூண்டும் இந்த எட்டு ராக தத்துவங்களையும் சாதனையைச் செய்து விரட்டி இறவாநிலை அடைய முயலுங்கள்.

1. காமம்

காமம் உடம்பில் தீயாக பரவி நிற்பது. இந்த காமம் நமக்குள் வெளியே தெரியாத உட்பகைவனாக உறைந்து கொண்டு இருக்கின்றது. இது உலகில் உள்ள அனைத்து உயிர்களுக்கும் பொதுவாகவே உள்ளது. இது மனிதர் யாவர்க்கும் இளமைப்பருவத்தில் தோன்றி முதுமைக்காலம் வரை உடம்பில் பற்றி எரிந்து கொண்டிருக்கிறது. இது உடம்பை இன்ப உணர்ச்சிகளைத்

தூண்டச் செய்து ஆணும் பெண்ணும் சேர்ந்து அனுபவிக்கச் செய்கிறது. ஆனால் அவ்வின்பத்தை உயிர் தான் அறிகிறதே தவிர உடம்போ அதை அறிந்தபின் தளர்ந்து சோர்வைத்தான் அடைகிறது. இப்படி உடம்பு தளர்வதற்கும் உயிர்சக்தி வீணாவதற்கும் நம்மனதில் உற்பத்தியாகும் காமமே காரணம் என்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள். மேலும் இதனால் புத்தியும் கெட்டுப்போய் விபரீத புத்தியாகி மனிதன் கற்பழிப்பு, கொலை போன்ற படுபாதகச் செயல்களையும் புரிகிறான்.

காமமே பாசமாகப் பற்றி சூழ்கின்றது. இதனை இல்லற நெறியில் இருப்போர் இல்லற தர்மத்தை கடைப்பிடித்து கடக்க வேண்டும். துறவு நெறியில் இருப்போர் தவத்தால் இதை அன்பாக மாற்றி இறைவனிடம் காதலாகி இருப்பார்கள். இறக்கும் வரை இவ்வுடம்பைப் பற்றி நிற்கும் காமத்தை கட்டுப்படுத்தி யோக ஞான சாதனைகளால் அதை பேரன்பாக்கி இறைத்திருவடியில் சேர்த்து வைப்பதுவே வாசியோகம்.

காமக்கடல் கடந்து கரையேறிப் போவதற்கே
ஓமக்கனல் வளர்த்து உள்ளிருப்பது எக்காலம்?

- பத்ரகிரியார்

2. குரோதம்

குரோதம் கோபமாக வெளிப்படுவது. கோபம் உடம்பில் மற்றொரு தீயாக விளங்குவது. கோபமெனும் வெங்கொடியன் என்பார் வள்ளலார். ஏனெனில் இது ஏற்பட்டால் உடனே வெளியே தெரிந்துவிடும். இதனால் இரத்தம் கொதிப்படையும். குரோதம் கொலை வெறியை ஏற்படுத்தும். கோபமுடையவர்கள் சாத்வீக குணத்தை ஒருக்காலும் அடையவே முடியாது. பிறர்மேல் கொள்ளும் கோபம் வெறுப்பாக மாறி உள்ளேயே குரோதமாக மறைந்திருக்கிறது. சமயம் வாய்க்கும் போது தன்னையே மறக்கச் செய்து பழிபாவத்திற்கு ஆளாக்கக்கூடியது. இதுவும் மனதில் இருந்தே வெளிவருகிறது. மனதின் அழுக்காக உள்ள குரோதம் என்ற ராகத்தை அடியோடு அழித்து இறைவன் திருவடியைப் பற்றுங்கள்.

சினம் என்னும் பாம்பிறந்தால் தாண்டவக்கோனே
சித்தி வாய்த்ததென்று சொல்லேடா தாண்டவக்கோனே

- இடைக்காடர்

3. லோபம்

லோபம் என்பது கருமித்தனம் ஆகும். இதுவே சுயநலத்தை வளர்ப்பது. தர்மத்தைத் தடுப்பது இது. பிறர்க்கு உதவி செய்ய மறுப்பது, இரக்கமில்லாது இன்னா செய்வது போன்ற செயல்களை செய்யவைத்து நம் உயிரில் தீவினையை இது சேர்த்து வைக்கும். அதனால் தான் உலோப குணம் உள்ளவரை ஏன் படைத்தாய் இறைவா என பட்டிணத்தார் பாடுகின்றார்.

ஓயாமல் பொய் சொல்வர் நல்லோரை நிந்திப்பர் உற்றுப்
பெற்ற தாயாரை வைவர் சதி ஆயிரஞ்செய்வர் சாத்திரங்கள் ஆயார்
பிறர்க் குபகாரஞ் செய்யார் தமை அண்டினார்க்கொன்றும் ஈயார்
இருந்தென்ன போயென்ன காண் கச்சி ஏகம்பனே!

4. மோகம்

மோகம் என்பது பார்க்கும் பொருள்கள் யாவையும் தன் வயமாக்க எண்ணும் பேராசை. இது காம மயக்கத்தை தந்து கெடுப்பது. பிறர் மனைவி எனத் தெரிந்தும் இச்சையைத் தூண்டுவிப்பது. அதுபோலவே இது மேலும் பிறர் பொருள்களை அடைவதற்கு திருடுவது மறைப்பது போன்ற துர்ச்செயல்களை செய்ய வைப்பது. இந்த மோகமே தவம் செய்து வரம் பெற்ற இராவணனும், பத்மாசூரனும் அழியக்காரணம். இந்த மோகமே பிரும்மரிஷி விசுவாமித்திரர் தவபலத்தை குறைத்து அல்லல் பட வைத்தது. ஆதலால் சாதகர்கள் இந்த மோகம் எனும் ராகத்தை அடியோடு வேரறுத்து அழிக்க வேண்டும்.

நிகழும் லோக வாழ்வதை சதமென
அனுதினமும் மாய மாதர் மோக வலையினில்
உழலும் காமகுரோத லோப மதமதில்
சுழலும் பாவியாகி வாழ்வில் இடர்பட

- திரைப்பாடல்

5. மதம்

மதம் என்பது உடம்பில் திமிர் எனும் செருக்காக இருப்பது. இது மனதில் வெறியை ஏற்படுத்தி ஏன் செய்கிறோம் எதற்கு செய்கிறோம் என்று சிந்திக்காது நடந்து கொள்ள வைக்கும். இவ்வெறியே தீவிரவாதம், பயங்கரவாதம் போன்ற துர்ச்செயல்களை செய்ய வைக்கும். யானை மதங்கொண்டு அலைவதைப் போல் இது மனிதரைப் பீடித்திருப்பதால் இதற்கு மதம் என்று பெயரிட்டனர். “மதமான பேய் பிடியாதிருக்க வேண்டும்” என முருகனிடம் இறைஞ்சுகின்றார் வள்ளலார்.

6. மாச்சர்யம்

மாச்சர்யம் என்பது பொறாமை ஆகும். மற்றவர் உயர்வையும் புகழையும் கண்டு ஆச்சர்யப்பட வைத்து பொறாமையாக பற்றுவது. உலகில் இப்பொறாமை நாட்டுக்கு நாடு ஏற்பட்டு போரிடத் தூண்டுகிறது. மனிதர்களுக்குள் வேற்றுமை பேதங்களை உண்டு பண்ணுகிறது. கல்வி, விளையாட்டு, பதவி, புகழ், அழகு, திறமை, உயர்வு போன்ற பலவகைகளிலும் இப்பொறாமை ஏற்படுகின்றது. அதனால் மனிதனின் தரம் தாழ்வடைகிறது. ஆதலால் இப்பொறாமை எனும் ராகத்தை ஞானம் என்ற வாளினால் வெட்டி வீழ்த்த வேண்டும். மாச்சர்யம் நீங்கினால் தான் மனிதகுலம் உயர்வடைய முடியும். ஆதலால் யோக ஞான சாதகர்கள் தெளிவடைந்து பொறாமையின்றி மெய்ப்பாடுபடுங்கள்.

7. இடம்பம்

இடம்பம் என்பது ஆடம்பரம் ஆகும். இது தான் ஆடம்பர வாழ்வு வாழ்வதற்காக மற்றவர்களுக்கு இடையூறுகளை உண்டாக்கும். இன்று உலாவும் பல குருபிரான்களிடமும் இந்த இடம்பமே நிறைந்திருக்கின்றது என்பதை கண்டு உணருங்கள். இது தான்வாழ பிறரைக் கெடுக்கும் குணம் கொண்டது. மற்றவர் துன்பத்தைப் பாராது தனது என அதிகாரம் கொண்டு சுகம் காண்பது. இதுவே ஒரு போதையைத் தந்து போதைப் பழக்கங்களுக்கு மனிதரை அடிமையாக்குகின்றது. ஆதலால் சாதகர்கள் இந்த இடம்பம் எனும் ராகத்தை ஏற்காது எளிமையுடன் இருந்து இதை விரட்ட வேண்டும்.

8. அகங்காரம்

அகங்காரம் என்பது நான் எனும் இறுமாப்பு. நான் எனும் மெய்யை மறைத்து நான் என்ற அகங்காரமாய் உடம்பை பற்றி நிற்கின்றது. இது எல்லாச் செயல்களுக்கும் நான், எனது எனும் எண்ணத்தை ஏற்படுத்தி மனிதர்களை மாயவலையில் தள்ளி பாவங்களை செய்ய வைக்கின்றது. இந்த அகங்காரத்தை அடியோடு அழித்தால்தான் இறைவனை அறியமுடியும். அகங்காரம் எனும் கொடுங்கிழங்கை அகழ்ந்து எறியவேண்டும் என்றே சித்தர்கள் யாவறும் கூறியுள்ளனர். ஆதலால் இந்த அகங்காரம் தன்னைப் பற்றாவண்ணம் யோகஞான சாதகர்கள் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.

அகங்காரம் என்னும் பொல்லா அடவாதிப்பயலே
அடுக்கடுக்காய் எடுக்கின்றாய் அடுத்து முடுக்கின்றாய்
செகங்காணத் தலை காலும் தெரியாமல் அலைந்து
திரிகின்றாய் நின் செபந்தான் சிறிதும் நடவாது
இகங்காண அடங்குக நீ அடங்காயேல் கணத்தே
இருந்த இடம் தெரியாதே எரிந்திடச் செய்திடுவேன்
சுகங்காண என்றனை நீ அறியாயோ நான்தான்
சுத்தசிவ சன்மார்க்கம் பெற்ற பிள்ளை காணே.

- வள்ளற்பெருமான்

இந்த காமம், குரோதம், லோபம், மோகம், மதம், மாச்சர்யம், இடம்பம், அகங்காரம் என்ற எட்டுராக தத்துவங்களும் மனம் என்ற ஒன்றிலிருந்தே உருவெடுத்து உடம்பை பற்றுகின்றது என்பதை நன்கு பகுத்தறிந்து கொள்ளுங்கள். இவை யாவையும் மீண்டும் முளைவிடாது வேரோடு அறுத்து எறிய வேண்டும். இவைகள் நீங்கினால் தான் மனம் ஒடுங்கி ஒருமை நிலை வரும். அப்போதுதான் ஒருவன் தன்னை வெற்றி கொள்ள முடியும். இந்த ராகங்கள் எட்டும் ஒழிந்தால்தான் இறைவனை உணரமுடியும். இவை யாவையும் அடியோடு அழிக்க இறைவனையே பற்றி நின்று யோகமும் தியானமும் செய்ய வேண்டும். இறைவனின் எண் குணங்களையும் அறிந்து அவைகளையே நாமும் பின்பற்றி எட்டு ராகங்களையும் ஒழிக்க வேண்டும்.

ஒன்பது வாசல்கள்



நம் உடம்பில் ஒன்பது வாசல்கள் உள்ளதை அறிவோம். இவைகள் 96 தத்துவத்தில் சேராது. ஏனெனில் இவ்வாசல்கள் யாவும் பஞ்ச ஞானேந்திரியங்கள், பஞ்ச கன்மேந்திரியங்கள் என்ற தத்துவங்களிலேயே அடங்கி உள்ளது. இருப்பினும் இவைகளையும் அறிந்தாராய்வோம்.

கண்கள் இருவாசல் சூரிய சந்திரனாகவும்
மூக்கின் இருவாசல் செவ்வாய் புதனாகவும்
காதுகள் இருவாசல் வியாழன் வெள்ளியாகவும்
வாய் ஒருவாசல் சனியாகவும்
எருவாய் ஒருவாசல் ராகுவாகவும்
கருவாய் ஒருவாசல் கேதுவாகவும் இருந்து

ஒன்பது வாசலிலும் ஒன்பது கிரகங்களும் உள்ளது. இவ்வுடம்பில் மேலும் ஒருவாசல் மேல் வாசலாக பத்தாவது வாசல் ஒன்று சூட்சமமாய் இருக்கின்றது. அதுவே தெய்வ அனுக்கிரகம் உள்ள வாசல். அதுவே ஞான வாசல். அதுவே இறைவன் குடியிருக்கும் வீட்டின் நுழைவுவாசல். அதுவே சொர்க்க வாசல். இறவாநிலை பெற விரும்பும் சாதகர்கள் இவ்வாசலை அறிந்து பாடுபடவேண்டும்.

தசநாடிகள்

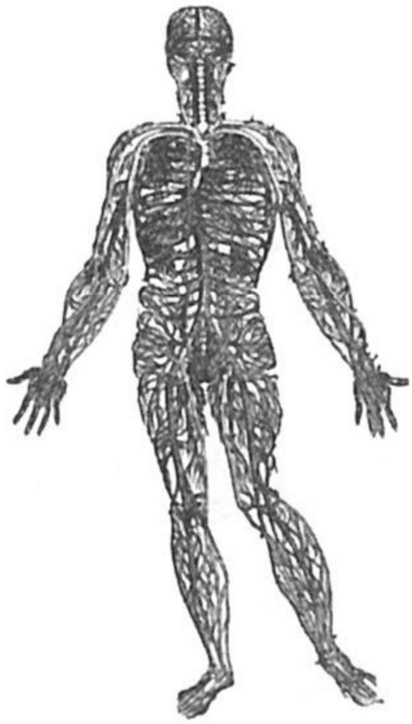
நாடி யீரைஞ்சு நரம்புகள் கூடியே
நல்கி நடப்பது நட்புகள் கண்டிடில்
நீடியுலாவும் மசையுந் தடுக்கும்
நிரந்தர தாதுச தந்திரநாடியே
நாடியசையு மடக்குமுடக்கு
நடந்துமே யோடி நகர்ந்துபுரண்டு
மோடிகூடி யிழுக்கு நரம்பு நீண்
டேறி மாறிபடுக்கும் பாராண்டையே - திருவள்ளுவர்



1. இடகலை 2. பிங்கலை 3. சுழுமுனை 4. சிகுவை
5. புருடன் 6. காந்தாரி 7. அத்தி 8. அலம்புடை
9. சங்கினி 10. குகு

1. இடகலை

நமது உடம்பில் உள்ள மூக்கில் இடதுபக்க நாசியின் வழியே ஓடும் சுவாசத்திற்கு இடகலை அல்லது சந்திரகலை என்று பெயர். இக்கலை இடதுபக்க நாடி நரம்புகள் வழியாக நடந்து வருவது. இது இடது காலில் தொடங்கி உடம்பு முழுதும் ஓடி இடது நாசியில் முடிகின்றது. இது ஈர்ப்புத்தன்மை உடையது. உணர்ச்சிக்கரமானது. பெண்பாலுக்கு உரியது. இடகலை நாடியே உணர்ச்சிகளைத் தூண்டிவிடுவது. இதனை பகலில் இயக்குவதன் மூலம் சமநிலையைத் தோற்றுவித்துக் கொள்ள முடியும். மனம் சார்ந்த நிலையில் எச்சரிக்கை கொள்ளவும் தணிவு நிலை அடையவும் இக்கலை உதவும்.



2. பிங்கலை

வலதுபக்க நாசியின் வழியே ஓடும் சுவாசத்திற்கு பிங்கலை அல்லது சூரியகலை என்று பெயர். இது உடம்பின் வலதுபக்க நாடி நரம்புகள் வழியாக நடந்து வருவது. இது வலது காலில் தொடங்கி

வலது நாசியில் முடிகின்றது. இது இயல்பினால் ஆண்தன்மை கொண்டது. அறிவை சார்ந்து இருப்பது. உறுதியும் மின்னாற்றலும் கொண்டது. பிங்கலை நாடியை இரவில் செயல்படுத்திட பலமும் ஆயுளும் கூடும்.

3. சுழுமுனை

சுழுமுனை நாடி உடம்பின் மத்தியில் அமைந்து முதுகுத்தண்டின் வழியாக செல்வது. இது மூலாதாரத்தில் தொடங்கி மேல்நோக்கி ஓடி தலைப்பகுதியில் சகஸ்ரா தளத்தில் இணைகிறது. இந்த நாடி உடலின் நடுவாக அமைந்து முன் பின்னாக வாசி நடந்து கொண்டிருக்கிறது. இந்நாடி முன்புறத்தில் ஆஞ்ஞா சக்கரத்தை நோக்கி ஓடி பிரம்மரந்திரத்தில் சேரும். முதுகுத்தண்டின் வழியாகச் செல்வது மண்டை ஓட்டின் பின் பகுதியில் சென்று பிரம்மந்திரத்தில் இணைகின்றது. இதுவே உயிர் உருத்தரித்த நாடி. வாசியோகப் பயிற்சிக்கு இச்சுழுமுனை நாடியே மிகவும் பயனுள்ளதாய் இருக்கின்றது.

4. சிகுவை

இது கழுத்துப் பகுதியின் நாடி நரம்பில் அமைந்துள்ளது. இது உண்ணாக்கில் நின்று உணவு ,குடிநீர் முதலியவைகளை உள்ளே இறக்குகின்றது.

5. புருடன்

இது வலது கண் அடியிலிருந்து வலது பிரிவு நரம்பிற்கு பின்னால் அடி வயிறு வரை செல்கின்றது. இது பார்வை சக்தியைத் தரும்.

6. காந்தாரி

இது இடது கண் ஓரத்தில் தொடங்கி இடதுகால் பெருவிரல் வரை நீண்டிருப்பது. கால் பெருவிரலில் இருந்து மனம் சார்ந்த சக்தியை ஆஞ்ஞா சக்கரத்துக்கு எடுத்துச் சென்று உணர்வைத் தூண்டும்.

7. அத்தி

இது செவியில் நின்று இயங்குகின்றது. இதனால் நுண்ணிய சப்தங்களைக் கூட கேட்கச் செய்கின்றது.

8. அலம்புடை

இது மலவாயில் தொடங்கி வாயில் முடிகின்றது. மல சலங்களை வெளியே தள்ளச் செய்கின்றது.

9. சங்கினி

இது பிறப்புறுப்பில் நின்று செயல்படுவது. இது ஆண்குறியின் எழுச்சிக்கும் சிற்றின்பம் பெறவும் உதவுகின்றது. குறியின் மலர் பகுதி பரவச உணர்வை அடையும்படி மூளையுடன் தொடர்பு கொள்கிறது.

10. குகு

இது தொண்டையில் தொடங்கி பிறப்புறுப்பில் முடிவது. இது யோக தந்திரத்தால் விந்துவை ஆவியாக்கவும், அதனை ஆறாதாரங்களில் செலுத்தி மேல் நோக்கி கொண்டு சென்று உயிரில் சேர்க்கவும் உதவுகின்றது.

நம் உடலில் 72000 நாடி நரம்புகள் இருப்பினும் இந்த தசநாடிகளே முக்கியமான தத்துவங்களாக திகழ்கின்றது. இவ்வாறு இருக்கும் தசநாடிகளை அறிந்து அதனை இயக்கும் வழியை உணர்ந்த யோகிகளால் உணர்வு நிலை உச்சங்களைத் தொடமுடியும். அதனால் யோகிகள் பல வெற்றிகளையும் அடைகிறார்கள்.

தசவாயுக்கள்

நாளென்றுக்கு இருபத்தோராயிரத்து அறுநூறு
நலமான சுவாசந்தான் எழுந்திருக்கும்
கோளொன்று பதினாலாயிரத்து நானூறு
குவித்த மூலத்தில் ஒடுங்கும்
பாளொன்றி ஏழாயிரத்து இருநூறு சுவாசம்
பாழினில் பாய்ந்திடும் என்றறிந்த பின்னை
ஏளொன்றி இதனையே உட்சாதித்தால்
எப்போதும் பாலனாய் இருக்கலாமே.

- யூகிமுனி சித்தர்

1. **பிராணன்** - உயிர்காற்று
2. **அபாணன்** - மலக்காற்று

3. **வியானன்**	-	தொழிற்காற்று
4. **உதானன்**	-	ஒலிக்காற்று
5. **சமானன்**	-	நிரவுக்காற்று
6. **நாகன்**	-	விழிக்காற்று
7. **கூர்மன்**	-	இமைக்காற்று
8. **கிருகரன்**	-	தும்மற்காற்று
9. **தேவதத்தன்**	-	கொட்டாவிக்காற்று
10. **தனஞ்செயன்**	-	வீங்கல்காற்று



மூச்சப்பா தெய்வம், காற்றே கடவுள், சுவாசமே ஆன்மா, வாசியே வாலை என்று சித்தர்கள் அனைவரும் வலியுறுத்திப் பாடியுள்ளார்கள். நம் உடம்பில் காற்று பத்து விதமாக இயங்கி வருகிறது. இதனை யோக ஞான சாதகர்கள் நன்கு அறிந்து காற்றைப் பிடிக்கும் கலையை பயிற்சி செய்ய வேண்டும். நம் உடலில் ஒரு நாளைக்கு 21600 மூச்சு நடந்து கொண்டிருக்கிறது. இவ்வாறு நம் உடம்பில் நடைபெற்று வரும் மூச்சுக்காற்றை அனைவரும் அறிந்து கொள்ள வேண்டும் என்பதற்கே சிதம்பரம் நடராஜர் கோயில் பொன்னம்பலத்தில் 21600 பொன்னாலான ஓடுகளும், நாடி நரம்புகளை உணர்த்த 72000 பொன்னால் ஆன ஆணிகளையும் அமைத்து சோழ மன்னர்கள் கட்டியுள்ளார்கள்.

ஏற்றி இறக்கி இருகாலும் பூரித்து
காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கறிவாளரில்லை
காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கை அறிவார்க்கு
கூற்றை உதைக்கும் குறி அதுவாமே!

என்கிறார் திருமூலர்.

இந்த மூச்சுக்கணக்கை வைத்தே நம் ஆயுளையும் விதியையும் அமைத்து இறைவன் படைத்துள்ளான். விதியை வெல்வதற்குரிய மதியாக காற்றே ஆயுதமாக இருக்கின்றது. இதனை அறிவால் அறிந்து ஆயுளைப் பெருக்கி காற்றின் செயல்கள் யாவையும் நன்குணர்ந்து கொண்டு காற்றைப் பிடிக்கும் கலைகளான பிராணாயாமம், வாசியோகம் எனும் யோக தந்திரங்களை கற்று பயிற்சி செய்யுங்கள். எதையும் நன்கு அறிந்து உணர்ந்து புரிந்து செய்வதுவே யோகஞான சாதனைகள். ஆதலால் மெய்ப்பாடுபட விழையும் சாதகர்கள் தானாகவே நடந்து கொண்டிருக்கும் இந்த தச வாயுக்களையும் கட்டுப்படுத்தவும், இயக்கவும், நமக்குள்ளேயே இறைவன் ஒள'தமாக வைத்துள்ள வாசியை வசப்படுத்தவும் உள்ள உண்மையான வழிகளை உணர வேண்டும். இதனை மெய்யான சாதகர்கள் அறிந்து பயனும் பலனும் பெற வேண்டும் என்பதற்கே இந்நூல் சித்தர்கள் தயவால் இயற்றப்பட்டது. ஆதலால் தனக்குள் உள்ள உண்மைகளை தெள்ளத் தெளிவாகத் தெரிந்து கொண்டு தங்கள் சாதனைகளை முயற்சியுடன் செய்து பிறவியை மென்மேலும் மேம்படுத்துங்கள்.

1. பிராண வாயு

இது இருதய ஸ்தானத்திலிருந்து நாசி வழியாக மேல் நோக்கிச் சென்று பின் வெளியேறும். இது பசிதாகங்களை உண்டாக்கி உண்ணும் உணவுகளை ஜீரணிக்கச் செய்யும். இது இடகலைபிங்கலைகளிலே சுவாசம் நடந்து 8 அங்குல அளவே உட்சென்று உயிரிலிருந்து 4 அங்குல அளவு சேர்ந்து 12 அங்குல அளவு வெளியேறுகிறது. இதுவே பிராணவாயு எனும் உயிர்க்காற்று.

2. அபானவாயு

இது மலக்காற்று. இது குதத்தையும் குய்யத்தையும் பற்றி நின்று மலசலங்களையும், ஆண் பெண் இன்பச் சுரப்புகளான சுக்கில சுரோணிதங்களை வெளியே தள்ளுகின்றது.

3. வியானன்

இது தொழிற்காற்று. இது உடல் பாகங்கள் யாவிலும் நிறைந்திருக்கும். ஸ்பரிசத்தோடு உணர்வுகளை அறியச் செய்யும். உண்ட உணவை திப்பி வேறு சாறு வேறாகச் செய்து கொண்டிருக்கும்.

4. உதானன்

இது ஒலிக்காற்று. இது உதிராக்கினியை எழுப்பி கண்டத்தில் இருந்து அன்னத்தை விழுங்கி அதன் சாரத்தை நாடிகளுக்கு அனுப்பிட உதவும். ஓசையோடு கலந்து குரல் ஒலி எழுப்பும். தூங்கும் போது கண் மூக்கு வாய் காது மேல் தோல் எனும் ஐம்பொறிகளையும் அஞ்ஞானம் என்னும் இருளில் அழுத்தச் செய்து தூங்கி எழுந்தவுடன் அந்தப் பொறிகளை அதனதன் இடத்தில் இருக்கும்படிச் செய்யும்.

5. சமானன்

இது நிரவுக்காற்று. இது நாபிஸ்தானத்தில் இருந்து உதான வாயுவினால் அனுப்பப்படும் உணவின் சாரத்தை நாடி நரம்புகளுக்குச் சமமாகப் பங்கிட்டுத் தந்து உடலை வளர்க்கும்.

இந்த ஐந்து வகை காற்றுகளும் உடலில் சஞ்சரிப்பதால் தான் மனிதன் உயிரோடு வாழ்கிறான். ஆகையால் இவை ஐந்தும் பஞ்சப் பிராணன்கள் என அழைக்கப்படுகின்றது.

6. நாகன்

இது விழிக்காற்று. இது வாந்தியை உண்டு பண்ணும். கண்களினால் பார்க்கச் செய்யும். இது முக்கல், திமிரல் முதலானவற்றை உண்டாக்கும்.

7. கூர்மன்

இது இமைக்காற்று. இது கண்களில் இருந்து இமைகளைத் திறக்கவும் மூடவும் செய்யும். மேலும் மயிர்க் கூச்சல், மகிழ்ச்சி, சிரிப்பு முதலானவற்றை உண்டாக்கும்.

8. கிருகரன்

இது தும்மல்காற்று. இது மூக்கிலிருந்து தும்மலை உண்டாக்கி கண்களிலிருந்து கண்ணீரை வரவழைக்கும்.

9. தேவதத்தன்

இது கொட்டாவிக்காற்று. இது மார்பிலிருந்து கபத்தைச் சேர்த்துக் கட்டுவதோடு கொட்டாவியையும் விக்கலையும் உண்டாக்கும்.

10. தனஞ்செயன்

இது வீங்கல் காற்று எனப்படும். இது கர்பத்திலிருந்து பிண்டத்தை வெளியே தள்ளுவதோடு வேறு வேலை ஏதுமின்றி மூலாதாரத்தில் சுருண்டு உறங்கிக் கொண்டிருக்கிறது. பிரா ணன் போய் மனிதன் மாண்ட பிறகும் இவ்வாயு மட்டும் உடலை விட்டு நீங்காமல் மூன்று நாட்கள் இருக்கும். இறந்த பிறகே இக்காற்று தனது வேலையாக உடம்பை வீங்கச் செய்தும் நாற்றமெடுக்கும் படி அழுகச் செய்தும் தகனம் செய்யும் வரை உடம்பிலேயே இருந்து இறுதியில் கபாலத்தை பிளந்து கொண்டு வெளியேறும்.

இது பத்தாவது வாயுவான தனஞ்செயன் மூலாதாரத்தில் பாம்பைப்போல் சுருண்டு கொண்டு பிந்துவாக உறங்கிக் கொண்டே இருக்கிறது. இதனையே குண்டலினி சக்தி என சித்தர்கள் சொல்கிறார்கள். இதனை வாசிக்கால் என்ற கதி கொண்டு எழுப்பி உடம்பில் இயங்கும் மற்ற ஒன்பது வாயுக்களுடன் பரவச் செய்து முதுகுத்தண்டின் வழியாக மேலேற்றி மெய்ப் பொருளில் சேர்ப்பதுவே சித்தர்கள் வழி காட்டும் வாசியோகம்.



கருவூரார்
கருவூர், தஞ்சை

தச வாயுக்கள்	-	10
தச நாடிகள்	-	10
ராகங்கள்	-	8
தாதுக்கள்	-	7
ஆதாரங்கள்	-	6
பஞ்ச அவத்தைகள்	-	5
பஞ்ச கோசங்கள்	-	5
பஞ்ச தன்மாத்திரைகள்	-	5
பஞ்ச கன்மேந்திரியங்கள்	-	5
பஞ்ச ஞானேந்திரியங்கள்	-	5
பஞ்ச பூதங்கள்	-	5
முப்பிணிகள்	-	3
முக்குணங்கள்	-	3
மூவேடணைகள்	-	3
மூவாசைகள்	-	3
மூன்று மண்டலங்கள்	-	3
மும்மலங்கள்	-	3
அந்தக்கரணங்கள்	-	4
இருவினைகள்	-	2
அறிவு	-	1
ஆக மொத்த தத்துவங்கள	**-**	**96**

உண்மையெனுங் கருவிகள் தாம் தொண்ணூற்றாறும்
உடலெடுத்த நேர்மையெல்லா முறையாய்ச் சொன்னேன்
நன்மையுள்ள நாதவிந்து கூடும் போது
நல்வினையுந் தீவினையும் அமைத்தவாறு
தன்மையுள்ள ஜெகச் சோதி வகுத்த வீட்டில்
சமைந்திருந்த மைந்தருக்கு வயதுஞ் சொல்ல
வன்மையெனும் அம்பிகைப் பெண் அருளினாலே
வசனித்தேன் அறிந்த மட்டும் வசனித்தேனே!

- திருவள்ளுவர் ஞான வெட்டியான்

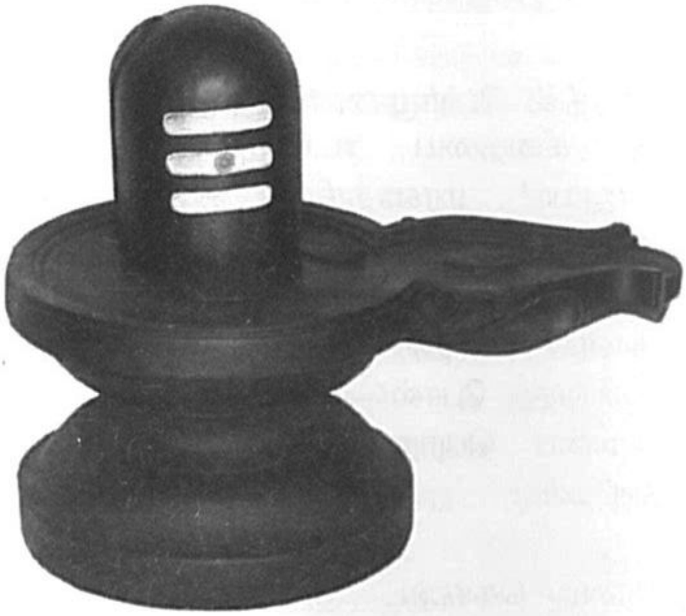
இவ்வாறு நம் உடம்பில் 96 தத்துவங்கள் பொருந்தியுள்ளதை அவரவரும் ஆராய்ந்து அறிந்து கொள்ளுங்கள். இத்தத்துவங்களை உணர்வதுவே ஞானம். இதனை உண்மையாய் உணர்ந்தவனே தன்னை அறிந்தவன் ஆவான். தன்னை முற்றும் அறிந்து செய்யும்

யோகஞான சாதனைகளே இறைவனிடம் சேர்ப்பிக்கும். தன்னை அறிந்தவனே தலைவனை அடைவான். இந்த 96 தத்துவங்களில் ஆன்ம தத்துவங்களாக 36-ம் உடல் தத்துவங்களாக 60-ம் அமைந்து இருக்கின்றது. இவை யாவையும் சித்தர்கள் தங்கள் பாடல்களில் பதிவு செய்து இருப்பதை படித்து ஆராய்ந்து அறியுங்கள்.

தன்னை அறிந்த தத்துவ ஞானிகள்
முன்னை வினையின் முடிச்சை அவிழ்ப்பர்
பின்னை வினையைப் பிடித்துப் பிசைவர்
சென்னியில் வைத்த சிவன் அருளாலே.

- திருமந்திரம்.

உயிர்



உயிர் என்பது ஆன்மா. இதுவேதத்துவங்களில் தலையான அறிவு. இவ்வுலகில் வாழும் பெரும்பாலோர் உடம்பையே உயிர் என்று எண்ணி வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்கள். உயிர் உடலை விட்டுப் போனதை மரணம் என்கின்றனர். உயிர் இருக்கும் வரைதான் உடம்பிற்கு பெயர் நீடிக்கிறது. உயிர் போன உடம்பு பிணம் என்று பெயர் பெறுகிறது. உடம்பில் நின்று உடம்பை இயக்கி கொண்டிருந்த உயிர் இறந்தபின் எங்கு சென்றது. உலக வாழ்வில் உழன்றபோது உடம்பில் உயிர் எங்கிருந்தது. இவைகளை தெள்ளத் தெளிவாகத்

தெரிந்து கொள்வதுவே ஆன்மிகம். ஆன்மாஎனும் உயிரை அறிவதுவே ஆன்மிகம்.

உடம்பு உயிர் எடுத்ததோ உயிர் உடம்பு எடுத்ததோ
உடம்பு உயிர் எடுத்த போது உருவம் ஏது செப்புவீர்
உடம்பு உயிர் இறந்த போதுஉயிர் இறப்பதில்லையே
உடம்பு மெய்ம் மறந்து கண்டு உணர்ந்த ஞானம் ஓதுமே.

என்கிறார் சிவவாக்கியர். உடம்பில் இருந்த உயிரை மெய் மறந்த தவநிலையில் கண்டு உணர்ந்து கொண்டு பின் ஞானத்தை போதியுங்கள் என்பதுவே சிவவாக்கிய சித்தர் வாக்கு. ஜடமாகிய உடலில் உயிரைச் சேர்த்து நம்மை கடவுள் உலவ விட்டார். அந்த உயிரை அறிந்து கொண்டால் தான் கடவுளை உணர முடியும். ஆன்மா என்றும் அழிவதில்லை என்கிறார் கிருஷ்ணர்.

குருஷேத்திரத்தில் போர்முனையில் இருந்து கொண்டு ஸ்ரீகிருஷ்ணா அர்ச்சுணனுக்கு கீதையை உபதேசித்தார். மரணத்தை எண்ணி கலங்கிடும் விஜயா! மரணத்தின் தன்மை சொல்வேன். மானிட ஆன்மா மரணம் எய்தாது. மறுபடி பிறந்திருக்கும். மேனியைக் கொல்வாய். நீ விட்டு விட்டாலும் அவர்களின் மேனி வெந்து தான் தீரும் ஓர் நாள். மனிதர் ஆன்மா சட்டையை கழற்றி எறிந்து புதுசட்டை அணிவது போல் உடம்பை விட்டுப் போன பின் வேறு ஒரு புது உடம்பை பெற்று பூமிக்கு வந்து விடும் என்றே கீதை சொல்கிறார் கிரு‘ணர்.

அழியாத்தன்மை கொண்ட ஆன்மா அழியும் உடம்பில் எவ்வாறு வந்தது?அது உடலில் எங்கு இருந்து இயங்கியது? அதனால் ஆவது என்ன? அதை அறிந்து கொண்டு செய்யும் யோக ஞான சாதனங்கள் எவை என்பதையாவும் நம் அறிவை கொண்டே ஆராய்ந்து அறிந்து கொள்ள வேண்டும். அப்போது தான் சாகாக்கலை எனும் வாசியினால் செய்யும் சாதனைகள் பலன் தரும். அச்சாதனைகளே பிறப்பிறப்பைத் தவிர்த்து மரணமிலாப் பெருவாழ்வைப் பெறும். ஆன்மாவை அறிந்தால் தான் ஆண்டவனை அடைய முடியும். ஆன்மாவினால் ஆகாத காரியம் ஏதுமில்லைஎன்று சுவாமி விவேகானந்தர் அனுபவப் பூர்வமாக சொன்னதை உணருங்கள். ஒன்றும் இல்லாதஒன்றிலிருந்தே அனைத்தும் தோன்றியது. அதையே பிரம்மம் என்பர்.அந்த

ஒன்றுமில்லாத ஒன்றே நம் தேகத்தில் ஆன்மாவாய் அமைந்துள்ளது. பகவத்கீதையில் ஆன்மாவைப் பற்றி ஸ்ரீகிரு'ணபகவான் உபதேசித்துள்ளதை நன்கு படித்து சிந்தையில் பதிந்து கொள்ளுங்கள் ஆன்மாவை வசப்படுத்தினால் அனைத்தையும் சாதிக்கும் வல்லமை பெறலாம். ஆன்மாவை வசமாக்க வாசியை லயமாக்கு என்பதே சித்தர் வாக்கு.

ஆன்மாவால் ஆடிடும் ஆட்டம் - தேகத்
தான்மா அற்ற போதே யாமுடல் வாட்டம்
வான்கதி மீதிலே நாட்டம் - நாளும் வையில்
உனக்கு வருமே கொண்டாட்டம் - கடுவெளிச்சித்தர்

உயிர் எனும் ஆன்மாவினால் தான் தேகம் ஆடாத ஆட்டமெல்லாம் ஆடியது.அந்தஆன்மா உடம்பை விட்டு போனதனால் பிணம் என்று பெயர் பெறுகிறது. ஆதலால் உன் உடம்பில் வான்பற்றி நின்ற மறை பொருளில் மறவாது நாளும் நாட்டத்தில்இருந்து தியானம் செய்தால் உனக்கு மெய்யின்பம் கிட்டி ஆனந்தம் வரும் என்கிறார் கடுவெளிச்சித்தர்.

இந்த உயிராகிய ஆன்மாவை நம் உடம்பிற்குள் தான் தேடிக் கண்டு பிடிக்க வேண்டும். நம் உடம்பின் 96 தத்துவக் கருவிகளும் தேய்ந்து போகும் தன்மையுடையன. அவற்றில் நிலையாக நிற்கும் கருவி அறிவு ஒன்றுதான். ஒருவர் உணர்த்த உணருகின்ற இயல்புடையது ஆன்மா. இந்த ஆன்மாவில் உணர்வு இருக்கிறது. உடல் கடந்தால் ஆன்மா. ஆன்மாவை கடந்தால் ஆண்டவன். ஆதிக்கும் அந்தத்திற்கும் இடைப்பட்ட நிலையில் ஆன்மாவுக்கு அனுபவம் உண்டாகின்றது. இறைவன் இந்த ஆன்மாவை கருணையினால் ஆண்டு கொண்டான். இறைவன் வேறு நாம் வேறு என்று இரண்டாக நின்ற எண்ணம் ஒன்றாக மாறும். அதற்கு ஏதுவாக ஆன்மாவுக்கு இந்த உடலைக் கொடுத்தான் இறைவன்.ஆதலால் இறக்கும் தருவாயில் உயிரை நினைத்து ஏங்காது உயிர் இருக்கும் போதே அறிந்து மனிதப் பிறவியை யோக ஞான சாதனைகளில் மேம்படுத்துங்கள்.

ஆன்மாவை நம் உடம்பினுள் நாமே காணமுடியாது சூட்சமமாய் அமைந்துள்ளது. இச்சூட்சம உடம்பை காட்டுவாரின்றி தானே காண்பது என்பது பிறவி ஞானியரையன்றி வேறு யாராலும் இயலாது.

இறைவனேவந்து காட்டினாலின்றி நம்மாலேயே கண்டு விட முடியாது. அறிவித்தால் அறியும் தன்மையுடையது ஆன்மா. அதைச் சுட்டிக் காட்டி தொட்டு உணர்த்தும் தகுதி உடையவர்களே உண்மையான குரு ஆவார்கள்.

உள்ளங்கை கனிபோல உள்ள பொருளை
உண்மையுடன் காட்ட வல்ல உண்மை குருவை
கள்ள மனம் தன்னைத்தள்ளிகளிப்புடன் அன்பாய்
களித்து களித்து நின்று ஆடு பாம்பே

- எனப் பாடுகிறார் பாம்பாட்டி சித்தர்.



பாம்பாட்டி சித்தர்
திருஞானம் துவாரகை

எங்கள் ஞானபூமியான சீர்காழியில் வாழ்ந்த சிவபாத ஹ்ருதயர் பல்லாண்டு காலங்களாக இறைவனைக் காண தவம் புரிந்து வந்தார். அவர் தவமாய் தவங்கிடந்து பெற்ற பிள்ளையே திருஞான சம்பந்தர். அப்பிள்ளை மூன்று வயதாகும் போதே இறைவனைக் காணுகின்றார். அழுத பிள்ளைக்கு பாலமுதம் தர அம்மையே வந்து திருமுலைப்பால் வழங்குகின்றார். தான் கண்டதையும் உண்டதையும் தந்தையார்க்குத் தோடுடைய செவியன் என்ற தேவாரத்தைப் பாடி சுட்டிக் காட்டுகிறார். அதன் பிறகே அம்மையப்பன் திருக்காட்சி தந்தைக்கும் கிட்டியது. காட்டும் தகுதி பிள்ளைக்கும் காணும் தகுதி தந்தைக்கும் வந்தது.

காட்டிய பின்பே கண்டார். தானேகாணவில்லை. இந்த அனுபவ அறிவை நாமும் அறிந்து புரிந்து கொண்டால் ஆன்மாவைத் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

தனக்குத் தானாக இயங்குகின்ற இயல்பு உடையது உயிராற்றல். அது தானாகவே இருக்கிறது. தானாகவே இயங்கிக்கொண்டிருக்கிறது. தானானகவே பிறக்கிறது. தானாகவேஅழிந்து இடம் மாறுகிறது. இதனையே அனுபூதியில் அருணகிரிநாதர் **"தன்னந்தனி நின்றஅது தானறிய இன்னும் ஒருவர்க்கு இசைவிப்பதுவோ!** எனப் பாடுகின்றார். தத்வ மஸி என்று வேதமும் நீ அதுவாக இருக்கிறாய் என்று ஆன்மாவையே புகல்கின்றது. ஆன்மாவே நானாக நமக்குள் அமைந்திருக்கிறது. நான் என்ற ஆணவம் நீங்கினால் நான் என்ற உயிரை உணரலாம் இதனைத்தான் ரமணமகரிஷி நான் யார்? என்பதை எண்ணி தியானியுங்கள் என்று உபதேசித்துள்ளார்.

சத்தொடு சித் ஆனந்தம் சமம் திரம் சாட்சி ஏகம்
நித்தியம் வியாபி ஆன்மா நீ அதுவாக அறிந்து
பொத்தோடு சடம் துக்காதி பொருந்து பேதங்கள் ஆன
சூத்திரபஞ்ச கோசக் குகை விட்டு வெளியில் ஆவாய்!
இது கைவல்ய நவநீதம் காட்டும் ஆன்ம உண்மை.

பஞ்சகோசங்களையும்அறிகிற அறிவு அறிவு சொருபமாகிய ஆன்மாவிடமே உள்ளது. சத்து தன்மையும், சித்து தன்மையும்,ஆனந்தத்தன்மையும் இது சமம் என்ற நடுநிலையையும், திரம் என்ற உறுதித்தன்மையும், யாவையும் காணும் சாட்சியாகவும், ஒன்றாகவும், நித்தியத்தன்மை ஆகிய இப்படிப்பட்ட இலக்கணங்கள் யாவும் உன் உடம்பில் உள்ள ஆத்மாவிடத்தில் உள்ளது. இவைகளை எல்லாம் நீ அறிவைக்கொண்டு விசாரம்செய்து அறிந்தால் ஆன்மாவையே நீ அதுவாக இருப்பதை அறிந்து கொள்வாய். ஒன்பதுவாசல் கொண்ட உடம்பில் இன்பதுன்பங்கள் பொருந்தி வேற்றுமைகளால் ஆன பஞ்சகோசங்களால் உள்ள உள்ளத்தை உணர்ந்து கொள்வாய். ஆதலால் உயிரை அறிந்து பஞ்சகோசங்களால் உண்டாகும் துக்கங்கள் அனைத்தையும் ஆன்மாவால் நீக்கி விடுதலை அடைவாய்! என்றே கைவல்ய நவநீதம் உபதேசிக்கிறது.

உடம்பில் உள்ள உயிரை உணர்வது எவ்வாறு என்பதையும் உள்ளே உயிர் உறையும் இடத்தையும் சித்தர்கள் தெளிவாகச் சொல்கிறார்கள். தூலதேகத்தில் சூட்சமதேகமாய் நின்றிருப்பதே உயிர் ஆகும். சூட்சம உடம்பு இருக்கும் இடமே உள்ளம். **“சுண்ணாம்பில் இருக்கு சூட்சம் சூட்சத்தில் இருக்குமோட்சம்”** என்பது பழமொழி. ஆதலால் உயிரை உணர்ந்தால் தான் உள்ளங்கவர்கள்வனாகிய ஈசனை அறியமுடியும்.

தானாகித் தான்முடிந்த சூட்சந் தன்னைத்
தரணிதனில் அறியாமல் தான் தான் என்றே
ஊணாகி நின்ற திரு உடலைக் காணான்
உடலில் நின்ற அட்சரத்தின் உறுதி காணான்
ஆணாகி நின்ற திரு வாசி காணான்
அமர்ந்து நின்ற வாசி திரு நயனங் காணான்
வானாகி நின்ற அடி முடியுங் காணான்
மதிகெட்டு விதியழிந்து மாளுவானே.

நிஜானந்தபோதம்

ஊனுடம்பு ஆலயம் என்கிறார் திருமூலர். ஆலயம் என்பது ஆன்மாலயம் ஆகும் இடம். இதனை லலாடம் என்றும் கூறுவர். அதனை **இரு புருவ மத்தி** என்றும் **இருதயகமலம்** என்றும் பரிபாஷையாக சித்தர்கள் எடுத்துரைப்பார்கள். இப்பரிபாஷையாக சொற்களை அறிந்து உயிர் உலாவும் இடத்தை உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். உயிரின் வழியாகத்தான் இறைவனைக் காணமுடியும். இதனை சிவவாக்கியர்

பட்டமும் கயிறும் போல பறக்க நின்ற சீவனை
பார்வையாலே பார்த்து நீ படுமுடிச்சு போடடா
திட்டவும் படாதடா சீவனை விடாதடா
கட்டடா நீசிக்கென களவறிந்த கள்வனை! எனப்பாடுவார்.

உயிரையே சீவன், ஆன்மா, பிரம்மம், திருவடி, பூரணம் என்று பற்பல பெயர்களில் சொல்கின்றார்கள் ஞானிகள். அது ஒன்பது வாசல் கொண்ட உடம்பில் உயிர் பத்தாவது வாசலில் இருக்கின்றது. அதுதான் நம்மில் வித்தாக அமைந்துள்ளது. அதுவே மூலம் என்றும் அடி நடு முடி என்றும் அண்டஉச்சி என்றும் கூறுகிறார்கள் சித்தர்கள். அது நம் உடம்பில் வளராத உறுப்பு ஆகவும் அழியாதவஸ்துவாகவும் இருப்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

அதுவேமுத்திக்கு வித்தான முதல்எழுத்து எனவும் ஓரேழுத்தாய் விளங்கும் லிங்கம் எனவும் எடுத்துரைக்கின்றார்கள். ஆதலால் நம்மில் பத்தாவது வாசலில் விளங்கும் ஊமைஎழுத்தே உயிர் எனும் ஆன்மாவாக இருப்பதை ஆராய்ந்து அறிந்து பற்றுங்கள். அதுவே பரம்பொருள் என்பதை உணருங்கள். உடலில் சென்னியை விடுத்து வேறுஎங்கு தேடினாலும் ஆன்மா அகப்படாது. இதன் வடிவத்தை திருமூலர் எவ்வாறு கூறுகிறார் என்பதை பாருங்கள்.

மேவிய சீவன் வடிவது சொல்லிடில்
கோவின் மயிரொன்று நூறுடன் கூறிட்டு
மேவிய கூறது ஆயிரம் ஆயினால்
ஆவியின் கூறு நூறாயிரத் தொன்றே.

இவ்வாறு உயிர் ஒரு பசுவின் ஒரு மயிரில் லெட்சத்தில் ஒரு கூறாகஅணுவினும் அணுவாக ஆன்மா அமைந்துள்ளது.

இவ்வாறு வெகு நுணுக்கமாய் உயிர் உள்ள இடமே சிற்றம்பலம் எனப்படும். நம் உடம்பில் அழுக்கற்ற அழகிய இடமே சிற்றம்பலம் என்பதைக் கண்டு கொள்ளுங்கள். அந்த சூட்சமத்தில் உயிர் வாசியாக இருந்து கொண்டிருக்கிறது. "சூத்திரப்பாவைகயிறற்று வீழுமுன் சூட்சக்கயிற்றினை பாரடா"எனப்பாடுவார் குணங்குடியார். அந்த சூட்சம உடம்புக்குள்ளேயே பஞ்சபூதங்களும், பஞ்சவண்ணங்களும்,ஐம்புலன்களும், ஐந்து தேகங்களும் ஆக அனைத்தும் பொருத்தி அமைந்துள்ளது. அதிலேயேகுருவும், திருவும் கூடிக் குடியிருக்கின்றனர்.

நம் உடம்பு ஐந்து தேகங்களும் கொண்டது. அவை ஞானதேகம், ஒளிதேகம், பிரணவதேகம், சூட்சமதேகம், தூலதேகம் எனப்படும். அதில்தூலதேகம் என்பதே நாம் காணும் உடம்பாக இருப்பது. சூட்சமதேகம் என்பது தந்திரமாகவும் மந்திரமாகவும் மறைபொருளாக நமக்குள் நீராக நின்று கொண்டுள்ளது. இதனையே வாலை என சித்தர்கள் சொல்வர்.பிரணவதேகம் என்பது வாசி எனும் காற்றாக உயிர் அல்லது ஆன்மாவாக இருக்கின்றது. ஒளிதேகம் என்பதே சோதியாக ஈசன் இருக்கும் இடம். ஞானதேகம் என்பதுஒளிக்குள் வெளியாக சிவம் இருப்பது. ஆகவே இந்த ஐந்து தேகங்களில் பிரணவதேகமாக அமைந்திருப்பதே உயிர். அதுவாசி எனும் காற்றாக உள்ள உண்மையை உணர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

கண்டு கேட்டு உண்டு உயிர்த்து உற்றறியும் ஐம்புலனும்
ஒண்டொடிக் கண்ணேயுள - திருக்குறள்

வள்ளற்பெருமான் அருட்பெருஞ்சோதி அகவலில்

> **“காற்றிடை அசை இயல் கலை இயல் உயிர் இயல்**
> **ஆற்றலின்அமைத்த அருட்பெருட் சோதி**
> **காற்றினில் காலம் கருதுறு வகை எலாம்**
> **ஆற்றவும் வகுத்தஅருட்பெருட்சோதி ”**



என உயிர் இயல் பற்றியும் அதிலேயே நம் ஆயுட்காலம் அமைந்திருப்பதையும் உணர்த்துகிறார். ஆதலால் நம் உயிரே வாசியாக அமைந்து உள்ளிருப்பதை உணருங்கள். இப்படியாக நம்முள் ஆன்மாவாக இருப்பதுவே சாகாக்கால், வேகாத்தலை, போகாப்புனல் என்று சித்தர்கள் சுட்டிக் காட்டுவார்கள். கால் என்பது காற்று. இப்படி காற்றாக உள்ள ஆன்மா என்றும் அழிவில்லாதது. அதனை எதனாலும் எதைக் கொண்டும் சாகடிக்க முடியாது. ஆதலால் வாசியை சாகாக்கால் என்றனர். வேகாத்தலை என்பது தீயாக நம்முள் இருக்கும் சோதி. இச்சோதியும் வாசியினால் தான் சுடர் விட்டு எரிந்து கொண்டிருக்கிறது. இத்தீயே தலையாகவும் தலைவனாகவும் விளங்கி கொண்டிருப்பது. இத்தீயை எந்த தீயினாலும் வேக வைக்க முடியாது. அதுவே நித்தியமான

அருட்பெருஞ்சோதியாகவும் கோடி சூர்யப்பிரகாசமாகவும் இருப்பது. அதனால் அது வேகாத்தலை என்றனர். போகாப்புனல் என்பது நீராக உள்ள வாலை. நீர் என்பது மேலிருந்து கீழ்நோக்கி ஓடுந்தன்மை உடையது. ஆனால் நம் தலையில் நீராக நிற்கும் வாலை எப்பக்கமும் ஓடிப்போகாமல் இருக்கும் நிலையிலேயே என்றும் இருந்து கொண்டிருக்கிறது. அதனை அதிலேயே நிலைநிறுத்தி வைத்திருப்பதும் வாசியே. அதனால் அதனைபோகாப்புனல் எ ன்றனர். இதனைத்தான் எங்கள் ஞானசம்பந்தரும்

மந்திரம் ஆவது நீறு வானவர் மேலது நீறு
சுந்தரம் ஆவது நீறுதுதிக்கப்படுவது நீறு
தந்திரம் ஆவது நீறு சமயத்தில் உள்ளது நீறு
செந்துவர்வாய் உமைபங்கன் திருஆலவாயான் திருநீறே –

என்றுஇந்த நீராகிய வாலையைத்தான் போகாப்புனல் என்பதை திருநீற்றுப்பதிகம் முழுவதும் பாடிஅறிவுறுத்துவார். நீராய் நெருப்பாய் என் ஆருயிராய் (காற்று) நின்றானை என்சொல்லி வாழ்த்துவனே என மாணிக்கவாசகர் பாடுகிறார்.


திருஞானசம்மந்தர்

இவ்வாறு சாகாக்காலாகவும் வேகாத்தலையாகவும் போகாப்புனலாகவும் சித்தர்கள் சொல்வது நம் ஆன்மாவே என்பதை உற்றறிந்து கண்டு கொண்டு யோக ஞான சாதனைகளை பயிலுங்கள். இந்த ஆன்மா என்பதை அறிந்தால்தான் வாசியை உணர முடியும்.இதனைத் தான் அனைத்து சித்தர்களும் தங்கள் பாடல்கள் யாவிலும் தெளிவாக எடுத்துரைக்கின்றார்கள். அனைத்திலும் வாசியோகத்தையே மருந்தாக உபதேசிக்கின்றார்கள்.வேதங்களும் இதையே பிரம்ம வித்தை என்று போதிக்கின்றது.

சத்தியே பராபரமே ஒன்றே தெய்வம்
சகல உயிர் சீவனுக்கும் அதுதானாச்சு
புத்தியினால் அறிந்தவர்கள் புண்ணியோர்கள்
பூதலத்தில் கோடியிலே ஒருவர் உண்டு
பத்தியினால் மனம் அடங்கி நிலையில் நிற்பார்
பாழிலே மனத்தை விடார் பரமஞானி
சுத்தியே அலைவதில்லை சூட்சஞ் சூட்சஞ்
சுழியிலே நிலையறிந்தால் மோட்சந்தானே -


மாணிக்கவாசகர்

என்று அகத்தியர் சொன்னதைப் போல் ஆன்மாவை முற்பிறவி புண்ணியம் செய்தவர்களே அறிவார்கள். உன்னுள்ளே மறைந்து வாழும் ஆன்மாவை உன் வாழ்நாள் முடிவதற்க்குள் எப்பாடுபட்டாவது அறிந்து கொள். அதுதான் உன் அஞ்ஞானம் என்ற இருளைப் போக்கி ஒளியைக்காட்டும். ஆன்ம இரகசியத்தை அறிய வேண்டுமானால் ஆணவம், கன்மம், மாயை என்ற மும்மலங்களையும் நீக்கும் வாசியோக சாதனைகளை செய். அது ஒன்று தான் அமைதியையும், ஆனந்தத்தையும் தரவல்லது. அதைஅறிந்து கொள்வதுவே பிறவி எடுத்ததின் புண்ணியபலன் ஆகும்.

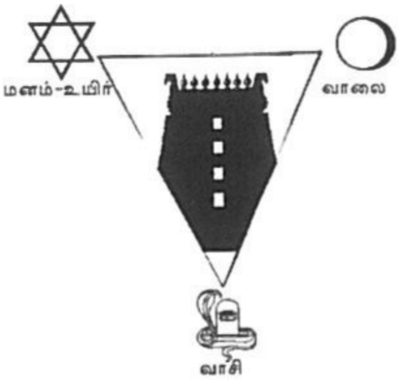
உள்ளம்

உள்ளம் பெருங்கோயில் ஊனுடம்பு ஆலயம்
வள்ளல் பிரானார்க்கு வாய் கோபுரவாசல்
தெள்ளத் தெளிந்தார்க்கு சீவன் சிவலிங்கம்
கள்ளப்புலன் ஐந்தும் காளா மணிவிளக்கே -திருமூலர்.

உள்ளம் என்பது ஈசன் குடியிருக்கும் பெருங்கோயில். அது உடம்புக்குள் உடம்பாக இருக்கும் சூட்சமம். அங்குதான் ஆன்மாவும் வாசிலயமாக வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறது. எண்ணிய செல்வங்கள் யாவையும் வாரி வழங்கும் வள்ளல் ஈசனைக் காண வாயாக இருக்கும் பத்தாவது வாசலே இவ்வுடம்பில் கோபுரவாசலாக உள்ளது. அவ்வாசலைத் திறந்து வாசியாக உள்ளதை தெள்ளத்தெளிவாக கண்டவர்கள் தன் உயிரே சிவலிங்கம் என்பதை அறிந்து கொள்வார்கள். பார்க்கவும் கேட்கவும் பேசவும் சுவாசிக்கவும் உணரவும் செய்யும் கள்ளப்புலன் ஐந்தும் அணையா விளக்காக உள்ள ஆன்மா ஒன்றிலேயே அமைந்திருக்கிறதுஎன்கிறார் திருமூலர்.

எந்தபுலன்கள் இந்த உலகத்தில் மூழ்கி இனி இந்த துன்பத்திலிருந்து மீளமுடியாது என்ற நிலையைத் தந்தனவோ அந்தப்புலன்களே ஐந்தெழுத்தை வாசி கொண்டு ஓதவல்லவர்க்கு பத்தாம் வாசலைத் திறந்து உண்மை விளக்கத்தைத் தந்து விளக்காக எரியும் சோதியான இறைவனிடம் சோத்து வைக்கும். அதனால்வாசியோக சாதகர்கள் உடல் உயிர் உள்ளம் ஆகியவைகளை நன்கு அறிந்து கொண்டு செய்யும் சாதனைகளே

உண்மையான பயனையும் பலனையும் தரும் என்பதை தெரிந்துகொள்ளுங்கள்.



உள்ளம் என்பதையே நெஞ்சம் என்றும் மனம் என்றும் சொல்வர். அதுதான் வெட்டவெளி எனப்படுவது. அதுவே உடம்பில் ஆகாயமாக விளங்கும் எண்ணங்களின் இருப்பிடம். ஆகாயம் தான் அனைத்தையும் தனக்குள் அடங்கும்படி வைத்துள்ளது. ஆகாயமே நமக்குள் மனம் என்ற உள்ளமாக அமைந்துள்ளது. இந்த மனம் தான் வாலையாகவும் வாசியாகவும் ஆகின்றது. வாயுவைப் போல் அலையும் மனத்தை வாசி கொண்டே அடக்கிடலாம். மனமே மனிதனின் வாழ்வில் உயர்வுக்கும், தாழ்வுக்கும் காரணமாய் இருக்கிறது. மாடு போல் நம் மனதை தன் வசப்படுத்தி இறைவனிடம் நிலைப்படுத்துவதே தியானம். ஆதலால் இந்த மனம் என்ற மாசக்தியை நாம் அறிந்து கொள்ள வேண்டும். அது நம் உடலில் எங்கு எவ்வாறு உள்ளது என்பதை உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். பின் அம்மனதைக் கொண்டே யோக ஞான சாதனைகளைசெய்து மரணமிலாப் பெருவாழ்வைப் பெற முயற்சி செய்ய வேண்டும்.

நம் உடலில் அறிவு ஆன்மாவாகவும், உணர்வு உடம்பாகவும், நினைவு மனமாகவும் இருந்து கொண்டிருக்கிறது. உடல் உயிர் உள்ளம் என்ற இம்மூன்றையும் ஒன்றுவிப்பது சிவம். ஆதலால் இந்த சிவமும் ஆன்மாவும் மனமும் ஒன்றிலேயே பொருந்தியிருக்கும் மெய்ப்பொருளை நம்மில் அறிந்து உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். அப்போதுதான் நம்மால் மனம் இருக்கும் இடத்தை உணர முடியும். இறை உயிர் மனம் என்ற இம்மூன்றும் முப்பொருள் உண்மையாக நம் உடலில் சூட்சமமாக மெய்ப்பொருளில் அமைந்துள்ளது. ஆதலால் அதை அறியவும் அடையவும் மனமே சாதனமாக உள்ளதை உணருங்கள்.

மனதை வென்றவனே சுத்த வீரன். கடவுள் ஒன்றென தெரிந்த பேரறிவே அறிவு. பிறரை ஏமாற்றாமல் உழைத்து உண்பதே ஊண். தான் சாகாமல் கற்பதுவே கல்வி. ஆதலால் அச்சாகாகலையாக விளங்கும் வாசியோகம் எனும் மெய் கல்வியைகற்கும் சாதகர்கள் மனதில்தான் எல்லா சூட்சமங்களும் உள்ளது என்பதை புரிந்து கொள்ளுங்கள். மனம் என்பது என்ன? அதை காண முடியுமா? அதனை எவ்வாறுகட்டுப்படுத்துவது? போன்ற கேள்விகளை தனக்குள்ளேயே ஆராய்ந்தறிந்து உண்மையை உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும்.

மனம் என்பது நம் உடம்பில் ஆகாயமாக இருப்பது. புறத்தில் வானம் சுட்டிக்காட்டும் வண்ணம் இருப்பது போல்தானே உடம்பிலும் மனம் இருக்க வேண்டும். உண்மையில் மனம் நாம் பார்த்து அறியும்படியே அமைந்துள்ளது. உடம்பின் உள்ளே உறுபொருள் கண்டேண் என்றும் மெய்ப்பொருள் காண்பது என்றும்சித்தர்கள் உபதேசிக்கிறார்கள். ஆதலால் மனத்தை காணமுடியாது என எண்ணாது அதைக் கண்டு பகுத்தறிந்து அதன் உண்மைகளை உணர்ந்து கொண்டு வாசியோகம் எனும் மெய்க் கல்வியை பயிற்சி செய்யுங்கள். மனத்தை அறியாது அதைக் கட்டுப்படுத்திவிட்டேன் என்பது வீண் பிதற்றலே. மனம்இருக்கும் இடம் எது என்பதை அறியாமல் செய்யும் யோகமும், தியானமும் திருமூலர் கூறும் குருட்டாட்டத்தையே ஒக்கும்.

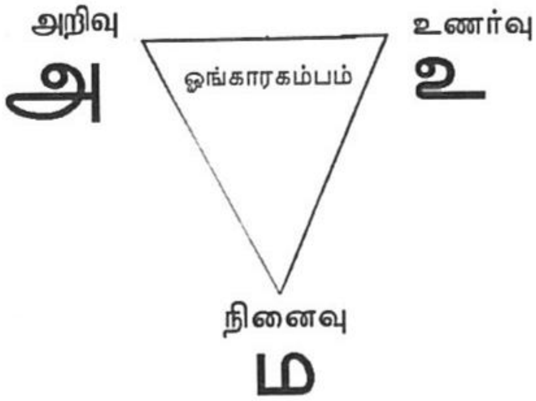
அறியலாம் மனந்தானே உயிர் தானாகும்
அண்டத்திற் சேர்ந்திடவே ஆகும் முத்தி
பரியேறிச்சவாரியுமே நடத்தலாகும்
பஞ்சமா பாதகங்கள் பறந்தே போகும்
விரிவானமனந் தனையும் அணுவதாக்கி
விட்டகுறைதொட்டகுறை விதியைப் பார்த்துக்
குறியான குண்டலியா மண்டஉச்சி
கூறுகிறேன் முக்கோண நிலைஅதாமே.

- ஸ்ரீகாகபுஜண்டர்

மனம் என்பதை அறிந்து கொண்டால் மனமே உயிராக உள்ளதையும் அறிந்து கொள்ளலாம். அம்மனதையே அறிவாக்கி பிண்டத்தில் உள்ள அண்டத்தில் சேர்ப்பதனால் இப்பிறவிக்கு முக்தி கிடைக்கும். அதனையே வாசி எனும் குதிரையாக்கிஇப்பிறவியை கடப்பதற்கு யோக சாதனைகள் புரிந்திடலாம். இந்த வாசி யோக

சாதனையினால் பஞ்சமா பாதகங்கள்யாவும் அண்டாது பறந்து போய்விடும்.

வானத்தைபோல் விரிவான மாபெரும் சக்தியான மனத்தை நம்முள் அணுவாக இருப்பதை அறிந்து, விட்டகுறை தொட்டகுறை விதியில் அமைந்திருப்பதை உணர்ந்து கொண்டு யோக ஞான சாதனை செய். மனம்தான் வாசி எனும் பரியாகி மூலாதரத்தில் தூங்கும் குண்டலினி சக்தியை எழுப்பி அண்ட உச்சியில் கொண்டு சேர்க்கும். இதுவே இறவா நிலை தரும் சாகாக்கல்வி என்று சொல்லுவேன். அது எனும் பொருளே முக்கோண பீடமாகவும் மனம், வாலை, வாசி எனும் நிலையாகவும் இருக்கின்றது என்று ஸ்ரீகாகபுஜண்டர் கூறுகின்றார்.



ஆகாயம் . நீர் . காற்று

உடம்பு - மண் . இறைவன் - தீ . மனம்-வான்
நினைவு . ஆன்மா - வாலை . நீர்
வாசி - காற்று . மணி . மந்திரம் . வாசி மருந்து
மனோன்மணி . ஓர் எழுத்து

நம்மிடம் அறிவு உணர்வு நினைவு எனும் முப்பொருள் உண்மை உள்ளதை நாம் அறிவோம். அறிவு அகாரமாகவும் உணர்வு உகாரமாகவும் நினைவு மகாரமாகவும் ஆகி மந்திரமாக இருக்கிறது. மனம் என்பதில் ஆகாயம், நீர், காற்று எனும் மூன்று பூதங்கள் மறைந்துள்ளது. உடம்பு மண்ணாகவும் இறைவன் நெருப்பாகவும் இருப்பது. மனம் என்பது வானாகவும் நினைவாகவும் உள்ளது. ஆன்மாவாலையாகவும் நீராகவும் உள்ளது. வாசி சூட்சமத்துள் சூட்சமமாக காற்றாக உள்ளது. இதையே சித்தர்கள் மணி, மந்திர, மருந்து என உபதேசிப்பர்.

மனமே மணியாகி மனோன்மணி ஆவது. மனமே ஒரேழுத்தாகிமந்திரமாய் இருப்பது. மனமே வாசி எனும் மருந்தாவது. இதனைத்தான் முக்கோண பீடம் எனும் ஓங்காரகம்பம் என்பதை சரியாகப் புரிந்து கொண்டு அம்மனதையே சாதனமாக்கி வாசி யோக சாதனை செய்தே தியானம் செய்ய வேண்டும்.

தியானம் என்பது மனதை அலைபாயவிடாமல் அடக்கி ஒருபுள்ளியில் குவிப்பதுவே. இது வாசிலயமானால்தான் இயலும். இதனை ஔவையார் **"மனம் இல்லா மனோலயம்தேக்கி"** எனவிநாயகர் அகவலில் குறிப்பிடுகின்றார்.ஆதலால் நம் மனதில் இறைவனை அடைவதே லட்சியம் என்ற குறியில் வாசியோகம் செய்து இறைவனை தியானிக்க வேண்டும். அதற்கு மனமே சாதனம்.

மனம் அதுசெம்மையானால் மந்திரம் செபிக்க வேண்டாம்
மனம் அது செம்மையானால் வாயுவை உயர்த்த வேணடாம்
மனம் அது செம்மையானால் வாசியை நிறுத்த வேண்டாம்
மனம் அது செம்மையானால் மந்திரம் செம்மையாமே.

திருமந்திரம்



ஔவையார்

மனம் என்பது அது எனும் பொருளில் அமைந்திருப்பது. பரந்து விரிந்து பறந்து திரியும் மனதை அறிந்து அதனை ஒரே இடத்தில் குவித்தால் அது மாபெரும் சக்தியாக மலரும். அதனை இறைவனிடம் சேர்க்கும் நேர்வழியில் செலுத்தி செம்மைபடுத்த வேண்டும். அதற்கு மந்திரங்களை உச்சரித்து செபம் செய்வதும்,பிராணவாயு எனும் மூச்சுக்காற்றை ரேசக, பூரக, கும்பகம் செய்து பிராணாயாமம் செய்வதும்,வாசி எனும் சாகாக்கலை பயிற்சியை செய்வதும் வேண்டும் என்பார்கள். மனம் குவிந்து செம்மை ஆவதற்கு

ஓங்காரத்தையும் ஐந்தெழுத்தையும் மந்திர செபம் செய்யச் சொல்லி சித்தர்கள் கூறுவார்கள்.

அதுபோல் நமது சுவாசத்தை ஏற்றி இறக்கி பூரித்து கும்பகம்செய்யும் பிராணாயாமத்தினால் மனம் செம்மையுறும் என்பதையும் கூறுவார்கள். யாவினும் மேலாக வாசியோகம்செய்து தியானிக்க வலியுறுத்துவார்கள். அப்போதுதான் மனதைப் பற்றி நின்ற ஆணவம், கன்மம், மாயை என்ற மும்மலங்களும் நீங்கி மனம் செம்மையுறும். மனமேவாசியாகி உடம்மைப் பற்றி நிற்கும் காமம்,குரோதம்,லோபம்,மோகம்,மதம்,மாச்சர்யம்,இடம்பம், அகங்காரம் என்ற எட்டு ராகங்களும் ஓயும். ஆதலால் மனம் என்றகருவியை செம்மையாக்குங்கள்.

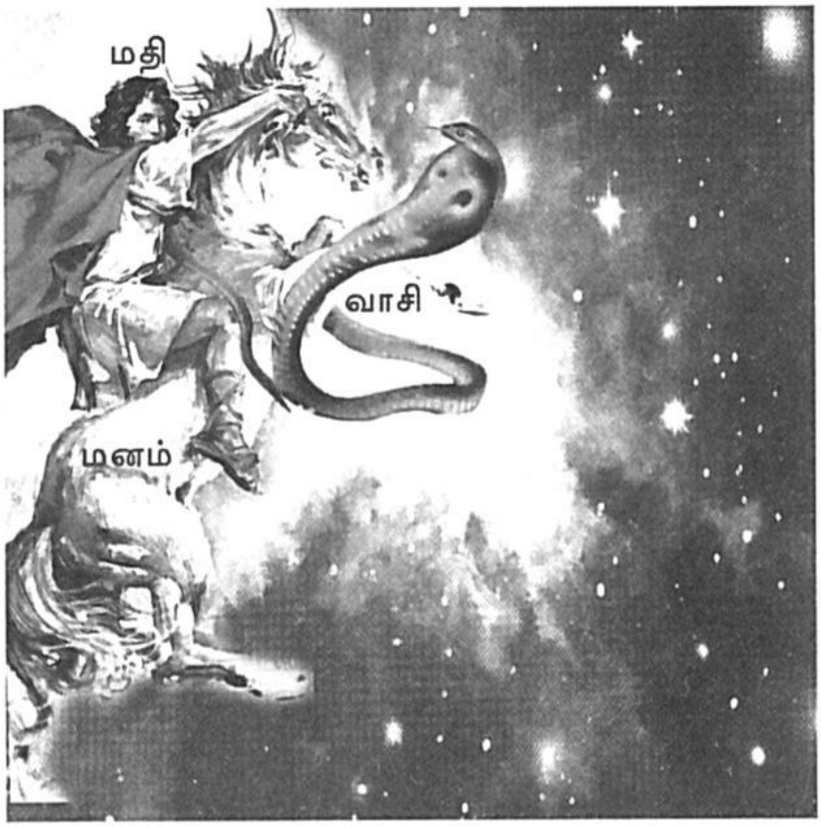
அவ்வாறு மனதை செம்மைப்படுத்தியவர்கள் மந்திரம் செபம் பண்ண வேண்டாம். ஏனெனில் அவர் மனமே மந்திரமாகஆகிடும். அதுபோலவேஅவர்கள் மூச்சுக்காற்றைக் கவனித்துச் செய்யும் பிராணாயாமம் எனும் கலையைப் பயில வேண்டாம். ஏனெனில் அவர் மனமே பிராணனாக விளங்கிடும். ஆனால் மனம் செம்மையான பிறகும் கூட வாசி எனும் சாகாக்கலையை மட்டும் நிறுத்திவிடாதீர்கள். அதனை முயற்சியுடன் பயிற்சி செய்து இறைவனைச் சேருங்கள். ஆதலால் வாசியை எக்காலத்துக்கும் நிறுத்த வேண்டாம். மனம் செம்மையானால் உன்னுள் இருக்கும் மந்திரமே மெய்ப்பொருளாகி செம்மை ஆகுமே என்று அகத்தியர் அருளியுள்ளதை உணருங்கள்.

மனித வாழ்வில் குறிக்கோள் மரணத்தை வென்று இறைவனை சேர்வதுவே அதற்கு மனமே தடையாக இருந்தது. அதனை அறியாத காரணத்தால் அஞ்ஞானம் சூழ்ந்து வெளியில் தன்னைமறந்து மாடு போல் திரிந்து கொண்டிருக்கிறது.அதனைஅறிந்தபின் அதையே வாசி எனும் சாதனமாக்கி மனத்தில் பதிந்திருந்த ஆணவம், கன்மம், மாயை எனும் அழுக்குகளை அகற்றியது. அழுக்குகள் நீங்கிய மனமே அறிவாக மாறியது. அறிவாக மாறிய மனத்தில் தான் ஆண்டவன் குடியேறுகிறான்.இதை அறிவால் அறிந்து உணர்வால் உணர்ந்து நினைவால் நினைந்து வாசியோக ஞான சாதனை செய்யும் சாதகர்கள் மெய்ப்பொருளில் இறைவனை சேர்த்து இறவாநிலை பெறுவார்கள் என்பதில் எள்ளளவும் சந்தேகமில்லை. மனோசக்தி

அறிவோடு சேர்ந்து நித்தியமான ஈசன் ஒருவனே என்று உணர்த்தி உன்னையும் நித்தியமாக்கும்.

மனம் என்னும் மாடடங்கில் தாண்டவக்கோனே
முத்தி வாய்த்தது என்று சொல்லேடா தாண்டக்கோனே.
"மனம் இருந்தால் மார்க்கமுண்டு" என்பது பழமொழி.

மனதில்தான் ஈசனை அடையும் வழி இருக்கிறது என்பதையே இவ்வாறு சொல்லியுள்ளார்கள். மனதையே குருவாகக் கொண்டு சித்தர்கள் வாழ்ந்துள்ளார்கள். அதனால் இம்மனம் என்பதை நன்றாக அறிந்து உணர்ந்து கொள்ளுங்கள். இறை வாழ்வில்செல்லவிடாது மனிதப் பிறவியைக் கெடுப்பதும் மனம்தான்,இறவாநிலையை கொடுப்பதும் மனம்தான் என்பதை அறிந்து அம்மனதை நல்வழியில் நடத்தி செம்மைப்படுத்துங்கள். மனக்கவலைபலக்குறைவு என்பர் பெரியோர். மனதில்தெளிவு இல்லாதுபோயின் உடலில் நலிவு ஏற்படும். இன்றைய உலகில் நோய்கள் பெருகுவதற்கு காரணம் அவரவர் மனதின் பலவீனமே என்று விஞ்ஞானம் ஆராய்ந்து கூறுகின்றது.ஆதலால் மனம் படைத்த நாம் மனோ பலத்தைப் பெறவாசியோகம் பயில வேண்டும்.



மனம் என்னுங் குதிரையை வாகனமாக்கி
மதிஎன்னும் கடிவாளம் வாயினிற் பூட்டிச்
சினம் என்னும் பாம்படக்கி சீராயேறித்
தெளிவிடஞ்சாரிவிட்டு ஆடாய் பாம்பே.

- பாம்பாட்டிச் சித்தர்.

மனம் என்பதிலிருந்தே சொற்கள் பிறக்கின்றன. மனம்சாட்சியாக நின்று பேசுவதை மானிடர் யாவறுமேஅறிந்திருப்பர். பொய்யும் மெய்யும்தன் மனமே அறியும்.

“தன்னெஞ்சறிவது பொய்யற்கபொய்த்த பின்
தன்னெஞ்சே தன்னைச் சுடும்” . என்பார் திருவள்ளுவர்

சத்தம் பிறந்த இடத்தில் தான் சகலகலையும் உதிக்குமென்பர். இவ்வாறு சத்தமும் சொற்களும் உருவாகும் இடம்தான் மனம். இதையே நெஞ்சம் என்றசூட்சம சரீரம்என்பர். இந்த உள்ளத்தில் சோதியாய்விளங்கும் ஈசனே இறைவன். ஆதலால் உள்ளத் தூய்மை கொண்டு விளங்குங்கள். மன மாசுக்களை நீக்குங்கள். நெஞ்சமெல்லாம் ஈசன் ஒருவனையே நினைந்து யோகமும், தியானமும் புரியுங்கள். மனமே கோயிலாக மாற்றுங்கள். மனதில் எழும் ஆணவம், கன்மம், மாயை எனும் மும்மலங்களையும் நீக்கி ஐம்புலன்களையும் அவன்பால் செலுத்தி மனதை அறிவாக்கிசித்தத்தில் சேர்த்து சித்தராக மாறுங்கள். சித்தத்தால் அடையும் ஆற்றல்களே ஆங்காரம் என்பதை அறிந்து இவையாவையும் இறைவன் திருவடியில் ஐக்கியப்படுத்தி இறவாநிலை பெறுங்கள். மனதில் உள்ள குற்றங்கள் யாவையும் நீங்கியபின் நீங்கள் புனிதராவீர்கள். அதன் பின் உங்கள்செயல்களில் வரும் குற்றங்களை தன் குற்றமாக கருதி ஈசன் உன்னை ஈடேற்றி வைப்பார்.

மனதை வசப்படுத்தியவர்களே சித்தர். மனதின் சேட்டைகளை கொன்றவர்களே சித்தர்கள். ஆதலால் தான் சித்தன் போக்கு சிவன் போக்கு என வழங்கலாயிற்று. அதற்கு சித்தர்கள் கதையொன்று செவிவழிச் செய்தியாக உள்ளது. சித்தர்களிடம் மனம் மீண்டும் எழும்பாதுஎன்பதற்கே இக்கதை.

குருவும் சீடரும்



குருவும் சீடரும் ஆக இரண்டு சித்தர்கள் வாழ்ந்து வந்தார்கள். அவர்கள் இருவருமே முற்றும் துறந்து துறவிகளாக இருந்து வந்தார்கள். சிவனை அடைவதையே குறிக்கோளாகக் கொண்டு யோக, ஞான சாதனை செய்து தவம் புரிந்து வாழ்ந்திருந்தார்கள். பிச்சையெடுத்து உண்பதையே பழக்கமாக கொண்டிருந்தார்கள்.

ஒரு சமயம் குருவும் சீடரும் அண்ணாமலையைத் தரிசிக்க ஆவல் கொண்டு இருந்த இடத்தை விட்டு பாதயாத்திரையாக கிளம்பினர். அவர்கள் நடந்த வழியில் இடையில் ஒரு அடர்ந்த காடு இருந்தது. அதனைக் கடந்து அப்பால் சென்றால் அண்ணாமலையை அடைந்து விடலாம் என்பதை அறிந்து கொண்டு அக்காட்டுவழிப்பாதையில் பயணம் செய்து கொண்டிருந்தனர். நடந்து செல்லச்செல்ல காட்டின் தூரம் போய்க்கொண்டே இருந்தது. இரவும் தொடங்கி இருவருக்குமே பசி வருத்த ஆரம்பித்தது. சித்தம் கலங்கியவர்க்கும் சித்தத்தில் இருப்போருக்கும் பசி வருவது இயற்கைதானே. பசியின் கொடுமையினால் வாடிய இருவரும்



அக்காட்டில் ஏதேனும் வீடிருக்குமா எனவும் இருந்தால் இரந்து உண்ணலாம் என எண்ணித் தேடினர்.அங்கே அவர்கள் கண்ணில் ஒருவேடுவர் இல்லம் தென்பட்டது. ஆர்வமுடன் இருவரும் அங்கு சென்று பிச்சை கேட்டு நின்றனர்.



அவ்வீட்டில் இருந்த வேடன் இருதுறவிகளின் நிலையை உணர்ந்து இன்முகத்தோடு வரவேற்று அமரச்செய்தார். பின் இருவரையும் பார்த்து சுவாமிகளே தாங்கள் இருவரும் துறவிகள் என்பதை நான் உணர்கிறேன். இவ்வேலையில் என்வீட்டு உணவை உண்பீர்களா எனக் கேட்டார். உடனே சீடர் முந்திக்கொண்டு

அன்பரே ஆத்மாக்களில் வேறுபாடு இல்லை. இப்போது எங்களுக்கு பசியே முன்னிலையாக உள்ளது. ஆதலால் எங்களுக்கு பிச்சை போடுங்கள் என வேண்டினர். வேடனும் என் வீட்டில் சமைத்த உணவை தருகிறேன்என்று கூறி வீட்டின் உள் சென்று இரண்டு தட்டுகளில் உணவை எடுத்து வந்து அவர்களிடம் கொடுத்து அங்கேயே அமர்ந்து சாப்பிடச் சொன்னார்.சீடரும் குருவும் அமர்ந்து சாப்பிட்டனர். சீடர் வெகு அவசரம் அவசரமாகஅவ்வுணவைஉண்டு பசி தணிந்தார். குருவோ வேடன் கொடுத்த உணவை வெறுத்த படியே பார்த்துக்கொண்டே பசியின் கொடுமையினால் மிக மெதுவாகஅவ்வுணவைஉண்டு முடித்தார். இருவரும் அவ்வேடனை ஆசீர்வாதம் செய்து விட்டு விடைபெற்று பயணத்தை தொடர்ந்தனர்.



சிறிதுதூரம் சென்றவாறே குரு சீடரைப் பார்த்து மகனே! இப்போது சாப்பிட்ட உணவு நன்றாக இருந்ததா எனக் கேட்டார். சீடரும் குருவிடம் சுவாமி பசி ருசி அறியாது. இருப்பினும் நான் உண்ட

உணவு மல்லிகைபூப் போல மணத்து சுவையாய் இருந்தது. என் பசியும் தீர்ந்தது என பதில் கூறினார். உடனே குரு கோபம் கொண்டு முட்டாள் நாம் உண்டதெல்லாம் மலமே என்பதை அறியாமல் மல்லிகை போல் இருந்ததாக கூறுகிறாயே. நாம் உண்டது என்ன தெரியுமா? அவன் வேட்டையாடி கொண்டு வந்த பன்றியின் கறியை அல்லவோ சமைத்து நமக்கு கொடுத்தான்.பன்றிக்கறி உனக்கு மல்லிகையோ என வினவினார். ஆனால் சீடரோகுருவே நான் அவன் கொடுத்தது என்ன என்பதை மனங்கொண்டு காணவில்லை. அவன் அன்போடு கொடுத்த உணவு எனக்கு அமிர்தமாகவே இருந்தது. ஆதலால் நான் மல்லிகை போல் இருந்தது எனக் கூறிவிட்டேன். என்னை மன்னியுங்கள் என வேண்டினார் .

நான் பன்றிக்கறி என்று கூறியதை நீ மல்லிகை என்று கூறுகிறாயே. எங்கே நீ சாப்பிட்ட உணவை வெளியே கக்கு. நான் உண்மை என்ன என்பதை நிரூபிக்கின்றேன் என்றார் குரு. குரு கட்டளைப்படியே சீடர் தான் உண்ட உணவை கக்கி வாந்தி எடுத்தார். என்ன ஆச்சர்யம்! சீடரின் வாயிலிருந்து மல்லிகை பூக்களாக வெளியில் வந்தது.



இதனைக்கண்டசீடர்பார்த்தீர்களாகுருவே! நாம்மல்லிகையைத்தான் உண்டுள்ளோம். எங்கே நீங்களும்உண்ட உணவை கக்கி நான் சொன்னதே உண்மை என்பதை ஒப்புக்கொள்ளுங்கள் என்று கூறினார். குருவும் அதனைப் பரிசோதிக்க எண்ணி உண்ட உணவைக் கக்கி வெளியே கொண்டு வந்தார். அந்தோ குருவின் வாய் வழியாக மலம் வெளிவந்தது. ஆதலால் மனதை கொன்ற ஞானிகள் எண்ணுவதே எண்ணப்படி மாறும் என்பதை அறியவே இக்கதை.

மனம் போல் தான் வாழ்வு அமையும். எண்ணம் போல் வாழ்கிறார்கள் நாட்டுக் கோட்டை செட்டியார்கள் என்று சொல்வார்கள். ஏனெனில் அவர்கள் எண்ணங்கள் யாவும் இறைவன் மீதும் தர்ம

சிந்தையிலும் ஞானம் அடைவதிலுமே வைத்து வளர்த்து வாழ்கிறார்கள். மற்றவர்களை கோபங்கொண்டு திட்டும் போது கூட உங்க வீட்டில் தங்கம் விளைய, உன் வீட்டில் பொன்விளைய என்று நல்ல வார்த்தைகளையே பயன்படுத்துகிறார்கள். நன்மைகளை கை கொண்டே மனதை வெல்ல முடியும் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். நல்லவைகளை எவரிடம் இருந்தும் கற்றுக்கொள்ளலாம்.

மனத்தகத்து அழுக்கறாத மவுன ஞான யோகிகள்
வனத்தகத்து இருக்கினும் மனத்தகத்து அழுக்கறார்
மனத்தகத்து அழுக்கறுத்த மவுன ஞான யோகிகள்
முலைத்தடத்து கிடக்கினும் பிறப்பறுத்து இருப்பரே.

என்கிறார் சிவவாக்கியர். மனதின் உள்ளே உள்ள அழுக்குகளை அறுத்தவர்கள்மவுனத்தை அறிந்த ஞானிகளும் யோகிகளும் ஆவார்கள். மனம் என்ற அகத்தில் ஆணவம், கன்மம், மாயை எனும் அழுக்குகள் மும்மலமாக இருக்கின்றது. அதனால் காமம்,குரோதம்,லோபம், மோகம், மதம், மாச்சர்யம், இடம்பம், அகங்காரம் என்ற அழுக்குகளும் சேர்ந்து இம்மனிதப்பிறவியை ஆட்டி வைத்து மரணம் அடையவைக்கின்றது. இந்த அழுக்குகளை நீக்குவதற்கு வாசியினால் மட்டுமே ஆகும். இதனையாவும் அறியாமல் மனதின் அழுக்குகளை அறுத்து நீக்காதவர்கள் தன்னையே ஞானியென்றும், யோகியென்றும் சொல்லிக் கொண்டு தான் மவுனம் இருக்க தனித்து தவமிருக்கப் போவதற்காக காட்டிற்கு சென்று மலைக்குகைகளில் தங்கி இருந்தாலும் மனஅழுக்குகளை அறுக்கும் வகையறியாது தவிப்பர். தன்னை அறிந்த தத்துவ ஞானிகள் வாசியினால் மனஅழுக்கை அடியோடு அறுத்து யோகமும் தியானமும் செய்து மவுனத்தில் ஊன்றி இருப்பர். இவர்கள் இல்லற இன்பத்தில் தன் துணைவியுடன் கலவியில் கூடி இருக்கும் காலத்திலும் தன் சித்தத்தில் சிவனோடே கூடியிருப்பர். இவர்களே பிறப்பிறப்பை தவிர்த்து இறை நிலை பெறுவார்கள். இந்நிலையை பெற்றவர்களே மவுனத்தில் நிற்கும் ஞான யோகிகள் என்கிறார் சிவவாக்கியர்.

இவைகளிலிருந்து மனமே ஞானம் தரும் சாதனம் என்பதை அறிந்து அதன் அழுக்குகளை போக்க வாசியை இயக்க முயலுங்கள். மேலும் பல நன்னூல்கள் யாவையும் படித்து ஆய்ந்து மனம் என்ற மாசக்தியை அறிந்து கொள்ளுங்கள். அன்னை சாரதா

தேவியார் மனம் என்பது பற்றி உபதேசித்துள்ள உண்மையை கற்றுணருங்கள். அனைத்து மகான்களும் மனதைப்பற்றியே பேசுவதை கேட்டு தெளியுங்கள். இம்மனமே வாலையாகவும், வாசியாகவும் இருப்பதால் இவையாவையும் நன்கு புரிந்து கொண்டு சித்தர்கள் வழியில் சென்று நீங்களும் சித்தர்கள் நிலைபெற்று பேரானந்த பெருவாழ்வில் திளையுங்கள்.

இதுவரையில் உடல், உயிர், உள்ளம் என்பதையெல்லாம் உணரும் வண்ணம் உணர்த்தியுள்ளோம். இவைகளை அவரவர்களும் பகுத்தறிவு கொண்டு ஆராய்ந்து உண்மையில் பாடுபட முயலுங்கள். உண்மைகளை உணர்ந்து செய்யும் யோகமும், தியானமுமே சித்தி பெறும். இந்நூலை பகுத்தறியும் உண்மையை விரும்பும் யோக, ஞான சாதகர்கள் சித்தர்களாக வாழ்ந்து பிறவி பயனையும், பலனையும் பெற எண்ணங் கொண்டே இதுவரை இரகசியமாக இருந்த சாகாக்கலையாம் வாசியோக உண்மைகள் யாவையும் வெளிப்படுத்துகின்றோம். இந்நூல் எழுதியதற்கும், வெளிவருவதற்கும் சித்தர்களின் கருணையே காரணம் என்பதை அடியேனும் உணர்ந்து சித்தர்கள் திருவடியில் சரண் அடைகின்றேன். வாழ்க சித்தர் கலை! வளர்க சித்தர் புகழ்!

சன்னியாசி யானவருள் மூடர் உண்டு
சமுசாரஞ் செய்பவருள் ஞானி உண்டு
முன்னாலே ஏதுவாம் பிராண தத்துவங்கள்
மூட்டி விட்டு ஞானிக்கு முறை தப்பாது
பின்னாளே இரு வினையுந் தொடரச் செய்து
பெற்றிடுவார் ஆசான் தன் கிருபை கொண்டு
பின்னா பின்னங்களால் என்றெண்ணாதே
பெருஞ்சோதி முத்திரையைப் பேணிக்கூடே.

-சிவானந்த போதம்.



[illegible]

வாசி



வாசி என்பது மெய்ப்பொருள் எனும் பிரம்மத்தில் அடங்கி இருப்பது. வாசி தான் உட்சுவாசமாக இயங்கிக்கொண்டிருப்பது. வாசிதான் சாகாக்கால் என்னும் காற்று. வாசியில் தான் இறைவன் நம் விதியை அமைத்து வைத்துள்ளான். வாசி தான் மனமாகவும் உயிராகவும் வாலையாகவும் செயலாற்றிக் கொண்டிருக்கிறது. வாசியே உடலையும், உயிரையும் ஒன்றினைத்து வைக்கும். வாசியே உயிருக்குள் ஊடுருவிச்சென்று சோதியில் சேர்த்து வைக்கும். வாசி ஒன்றே பஞ்ச பூதங்கிளிலும் சேரும் வல்லமை பொருந்தியது. வாசியினால்தான் மும்மலங்களை நீக்க முடியும். வாசியே மூவாசைகளை ஒழிக்கும். வாசியே முப்பிணிகளை தீர்க்கும் மருந்து. வாசியினால் மட்டுமே மூன்று மண்டலங்களை எட்டமுடியும். வாசியை பயன்படுத்தாத மனிதரில்லை என்றாலும் மனிதர் வாசியை அறிந்தாரில்லை.

வாசியை அறிந்தவனே உண்மையான யோகி. மெய்பொருளை அறிந்தவனே உண்மையான ஞானி. மெய்ப்பொருள் என்பது முற்பிறவியின் புண்ணியப்பயனால் கிடைப்பது. வாசி என்பது விட்டகுறை தொட்டகுறையால் இப்பிறவி பலனடையவும் பலம் பெறவும் கிட்டுவது. விதியைமாற்றும் மதியாக வாசி இருப்பதால் அது விதி உள்ளவர்க்கே வாய்க்கும். இதனை சித்தர்கள் அனைவரும்

விரிவாக விளக்கி பாடிவைத்துள்ளார்களேயன்றி வேறு எவரும் எடுத்துரைக்கவில்லை. பிரம்மத்தைப் பேசும் வேதங்கள்கூட



இதனை பிராணா என்ற சொல்லோடு மறைத்து விட்டது. பைபிள் கூட இதனை ஜீவசுவாசம் என்ற ஒரே சொல்லோடு நிறுத்திக்கொண்டது. குரானிலும் இதனையே கலிமா என்று உணர்த்திவிட்டு அதன் நுட்பங்களின் உண்மைகளை மறைத்து தொழுகையே கடமை என்றே உபதேசிக்கின்றது.

இப்படி அனைவராலும் மறைக்கப்பட்ட வாசியை வெளியாக எடுத்துரைத்து அதனை சாகாக்கலை என்ற யோகமாக வழங்கியவர்கள் சித்தர்களே. சித்தர்களே இக்கல்வியின் காப்பாளர்களாகவும், குருவாகவும் இருந்து நமக்கு மெய் வழியை காட்டுகிறார்கள். இது இரகசியம் என்பதாலும், இதுவே அழிவு தரும் ஆயுதம் என்பதை அறிந்தமையாலும், இது தீயவர் கையில் சிக்கிவிடக்கூடாது என எண்ணியதாலும் இதனை தங்கள் பாடல்கள் யாவிலும் பரிபாஷையாக எழுதிவைத்தார்கள். இருப்பினும் பாம்பின் கால் பாம்பறியுமல்லவா? பிறவித்தொடர்புடையவர்கள் இக்கலையில் பலன் அடையவேண்டும் என்றே எழுதிவைத்திருக்கிறார்கள். இதனை கற்றறிந்த சில வித்தகர்கள் இக்கலையை கற்றுத்தருவதாக கூறி தங்களை குருவாக்கிக்கொண்டு பசுத்தோல் போர்த்திய புலிகளாக பவனி வருகிறார் கள். இக்கலையை வியாபாரப்பொருளாக்கி விளம்பரங்கள் செய்து குருதட்சனை என்ற பெயரில் கோடி கோடியாக கொள்ளை அடிக்கிறார்கள். இந்நிலையை மாற்றுதற்கே இந்நூல்.

வாசியை அறியாதவன் தோசி என்பார் காகபுஜண்டர். மண்ணதிர விண் அதிர வாசியை நடத்திடில் நண்ணி எங்கள் ஈசனும் நமதுஉடலில் இருப்பனே என்று சிவவாக்கியர் கூறுவர். வாசிப்பழக்கம் அறிந்து வாசியிலேயே நாட்டமிட்டிரு எனபோதிப்பார் கொங்கணவர். துலக்கமுடன் வாசியுடன் தவமே புக திரங்கெட்ட, மாந்தருக்குச் செப்பொண்ணாது என்பார் கோரக்கர். இதுபோல பதினெண் சித்தர்கள் யாவறும் வாசியையே சாகாக்கல்வி என உபதேசம் செய்கிறார்கள்.

ஆச்சப்பா இந்தமுறை பதினெண் பேரும்
அயன் மாலும் அரனோடுந் தேவரெல்லாம்
மூச்சப்பா தெய்வமென்றே அறியச் சொன்னார்
முனிவோர்கள் இருடியர் இப்படியே சொன்னார்
பேச்சப்பா பேசாமல் நூலைப் பார்த்துப்
பேரான பூரணத்தை நினைவாய்க் காரு
வாச்சப்பா பூரணத்தை காக்கும் பேர்கள்
வாசி நடு மையத்துள் வாழ்வார் தானே.

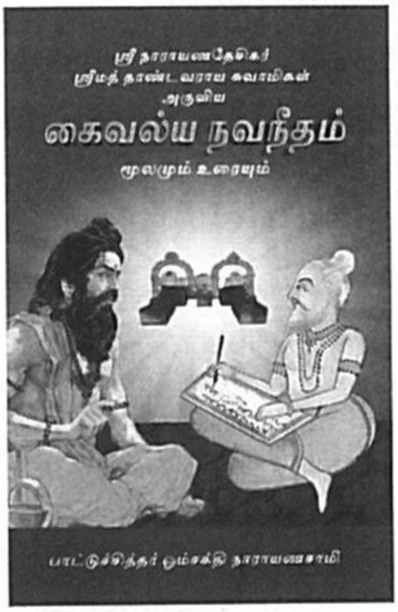
–அகத்தியர்

வாசி என்ற சித்தர்கலையே இன்று உலகம் முழுமையும் பல பெயர்களில் பரவி இருக்கின்றது. சித்தர்கள்தான் இதை யாவறும் அறியும்படி செய்தவர்கள். இருப்பினும் அவர்கள் தயவின்றி இதை இயக்கமுடியாது என்பதையும் அறியுங்கள். பதஞ்சலிமுனிவர் அட்டாங்கயோகம் அருளினார். அதனைக் கொண்டே பலரும் இந்த அட்டாங்கயோகத்தினை அப்பியாசிக்கின்றனர். ஆனால் அந்த அட்டாங்கயோகத்தின் நுட்பொருளாக வாசி உள்ளதை இன்று உள்ள எந்த ஆசான்களும் உணர்த்துவதே இல்லை. இதனை மீறி நாம் ஆவலுடன் கேட்டால் அது இரகசியம், சொன்னால் தலைவெடிக்கும் என்று அச்சுறுத்துகிறார்கள்.

பதஞ்சலிமுனிவர் அட்டாங்கயோகம் என்று இயமம், நியமம், ஆசனம், பிராணாயாமம், பிரத்தியாகாரம், தாரணை, தியானம்,சமாதி என எட்டுயோக முறைகளை சொல்லுகிறார். இதில் இயமம் நியமம், ஆசனம், பிராணாயாமம் என்ற நான்கும் உடல் அளவில் உள்ள சுவாசத்தால் செய்து பிராணனை அடைவது. பிரத்தியாகாரம், தாரனை, தியானம், சமாதி என்ற நான்கும் உயிரில் உள்ள வாசி எனும் மூச்சினால் செய்து பிரானை அடைவது. இதனை வாசியினாலன்றி வேறெதாலும் செயலாற்ற இயலாது. இதனை

சுவாசத்தினாலேயே காட்டிக் கற்றுக் கொடுக்கும் பயிற்சிகளால் செய்யும் தியானம் வெற்றி அடையாது. ஆதலால் யோக ஞான சாதகர்கள் இந்தமெய் வாசியை தனக்குன்ளேயே மூச்சுக்கு மூச்சாக இருப்பதை அறிந்து கொண்டு அதனை கைக்கொண்டு செய்யும் சாதனைகளே சித்தியாகும் என்பதை நன்றாகப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

“சாதனம் இன்றி ஒன்றை சாதிப்பார் இல்லை” குரு நாராயணதாண்ட வராய சுவாமிகள் கைவல்ய நவநீதம் என்ற நூலில் மிக அழுத்தந்திருத்தமாக சொல்லியுள்ளார்கள். ஞானம் பெற துணையாய் நிற்கும் அந்நூலை வாங்கிப்படித்து மெய்யை உணருங்கள். அடியவன் கைவல்ய நவநீதம் மூலமும் உரையும் என்ற தலைப்பில் தெளிவான விளக்கவுரையுடன் எழுதி வெளியிட்டுள்ளேன்



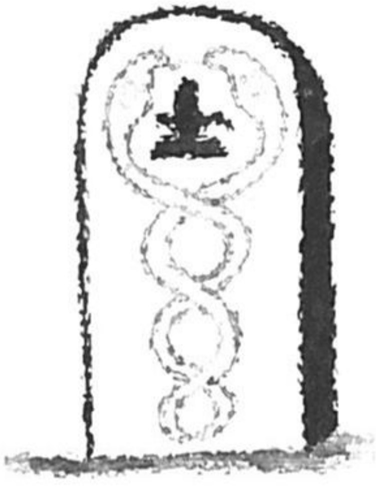
இப்போது அந்நூலும் நம் அறக்கட்டளை வெளியீடாக வந்துள்ளது. இறவா நிலை பெறுதற்கு சாதனமாய் இருப்பதுதான் வாசி. வாசியை எளிதாக எவராலும் அடைந்து விட முடியாது. புண்ணிய பிறவிகளின் கண்ணில்தான் இந்நூல் படும் என்பதை நன்கு அறிவேன் யான். விட்டகுறை தொட்டகுறை உள்ளவரே இந்நூலை ஆராய்ந்துப் பார்ப்பர். இறைவனை தேடும் அன்பர்கள் வாசியை பெற்று புண்ணியோர்கள் என்ற பெரும் புகழோடு வாழ்ந்து இறைவனை அடையத் தூண்டுவதே இந்நூலின் நோக்கம்.

கண்டு கண்டு விட்டவர் கோடி
காணாமல் கெட்டவர் கோடி

ஆனால் வாசியினால் தொண்டு செய்து கண்டவர்களே அனந்தம் கோடி என உரைப்பர் சித்தர். தொண்டு என்பது தொடர்ந்து செய்து கொண்டே இருப்பது. வாசியோகம் செய்பவரே மெய் தொண்டர். ஆதலால் வாசியைக் கண்டு தொண்டு செய்து கொண்டே வாழ்ந்திருங்கள். உன் வேலைக்கான கூலியை இறைவனே வந்து வழங்கிடுவான். இறைவன் கொடுக்க நினைப்பதை எவனாலும் தடுக்க முடியாது. இறைவன் தடுக்க நினைப்பதை எவனாலும் கொடுக்க முடியாது என்ற உண்மையை உணருங்கள். ஆதலினால் மனிதனின் ஏழ்பிறப்பில் எடுத்த இப்பிறவியிலேனும் வாசியை அறிந்து பற்றுங்கள். விட்டகுறை இலாது போனாலும் இப்பிறப்பிலாவது வாசியை தொட்டு புண்ணியக் கணக்கைத் தொடங்குங்கள். சித்தர்களின் கருணையும் தயவையும் பெற்று பிறவி உய்யும் வழியை நாடுங்கள்.

மணி, மந்திரம், மருந்து என்று சித்தர்கள் சொல்வதில் மருந்தாக இருப்பதுவே வாசி. இதனை வள்ளற் பெருமான் தம்பாடலில்

நல்ல மருந்து இம்மருந்து சுகம் நல்கும் வைத்தியநாத மருந்து
பிறப்பை ஒழிக்கும் மருந்து யார்க்கும் பேசப் படாத பெரிய மருந்து
இறப்பை தவிர்க்கும் மருந்து என்னுள் என்றும் மதுரித்தினிக்கும் மருந்து எனவும்
வாசி வாசி என்றுரைத்தார் வெண்ணிலாவே – அந்த
வாசி என்ன பேசக்கண்டாய் வெண்ணிலாவே!



என்றும் பாடி உணர்த்தியுள்ளார். நம் உடலில் வாதம், பித்தம், சிலேத்துமம் என்று மும்பிணிகள் இருக்கின்றது. இவைகளால் நம் உடலில் நோய்கள் ஏற்பட்டு பற்பல கேடுகள் நிகழும். இவைகள் யாவையும் தீர்க்கவும், ஒழிக்கவும் உள்ள மருந்தாக இருப்பது வாசி. இத்தோடு முன்வினை நோய்களைக் கூட அழிக்கும் வல்லமை பெற்று விளங்குவது வாசி. மேலும் பிறவிப்பிணியையும் தீர்க்கும் சாகாக்கல்வியாகவும்,தேகபலம், மனோபலம், ஆத்மபலம் கூட்டும் சக்தியாகவும் வாசி விளங்குவதால் அதற்கு மருந்து எனப் பெயரிட்டனர்.

பிராணாயாமம் எனும் யோகக்கலை நம் உடலில் ஓடிக்கொண்டிக்கும் சுவாசக்காற்றை ஆராய்ந்தறிந்து ஆறாதாரங்களில் நிறுத்தி செய்வது. பிறப்பிலிருந்து இறப்பு வரை நம் உடலில் மூச்சு ஓய்வே இல்லாமல் ஓடிக்கொண்டிருக்கிறது. மூச்சு நின்று போனால் உயிர் போச்சு.

இம்மூச்சு எனும் சுவாசம் உள்ளிழுக்கும் போது கொஞ்சமாகவும் வெளிவிடும் போது அதிகமாகவும் காற்றின் இயக்கம் நடந்து கொண்டிருக்கிறது. பிறந்ததிலிருந்து நாம் இச்சுவாச நடப்பினால் இறப்பை நோக்கி சென்று கொண்டிருக்கிறோம். மேலும் இச்சுவாசம் ஸோ-ஹம் என்ற சப்தத்துடன்தான் நடந்து வரும். இதனை தன்னிலேயே உற்றறிந்து அந்த ஸோ-ஹம் என்ற சப்தத்தையே பிராணாயமத்திற்கு மந்திரமாக அமைத்தனர். நம்முள் ஓடும் மூச்சு இடகலை, பிங்கலை சுழுமுனை என்று மூன்று கலைகளாக மாறி மாறி நடப்பதை ஆராய்ந்து அறிந்து அதன் நடப்பை பிங்கலை எனும் சூரியக்கலைக்கு மாற்றி பிராணாயாமம் செய்ய வேண்டும். மூச்சை உள்ளிழுக்கும் போது ஸோ என்ற மந்திரத்துடன் பதினாறு மாத்திரை அளவு மேலே ஏற்ற வேண்டும். இது பூரகம் எனப்படும். உள்ளே ஏற்றிய மூச்சை ஆஞ்ஞா சக்கரத்தில் 64 மாத்திரை அளவு வெளிவிடாதபடி நிறுத்தி வைக்க வேண்டும். இதுவே கும்பகம் எனப்படும். நிறுத்திய மூச்சை சீராக இறக்கி 32 மாத்திரை அளவு ஹம் என்று வெளியிட வேண்டும். இதற்கு ரேசகம் எனப்பெயர். இவ்வாறு தொடர்ந்து ஒரு முகூர்த்த காலம் செய்தபின் தியானம் செய்ய வேண்டும். இதுவே பிராணாயாமம் ஆகும். இதனை திருமூலர்

ஏறுதல் பூரகம் ஈரெட்டு வாமத்தால்
ஆறுதல் கும்பகம் அறுபத்தி நாலதில்
ஊறுதல் முப்பத்திரண்டதில் ரேசகம்
மாறுதல் ஒன்றின் கண் வஞ்சகமாமே. என அருளியுள்ளார்.

இந்த பிராணாயாமத்தை ஆறு ஆதாரங்களிலும் உள்ளும் புறமும் வைத்து 12 ஆண்டுகாலம் இடைவிடாமல் செய்ய வேண்டும் என்று கற்றுத் தருகிறார்கள். இதனால் ஏற்படும் சிறு சிறு அனுபவங்களால் மயங்கி சில குருநாதர்களிடம் பலர் அடிமையாக திரிகிறார்கள். இதை வாசியோகம் எனக்கூறி குருதட்சனையாக ஏகலைவன் கட்டை விரலை தந்ததை உதாரணம் காட்டி பணம் கரப்பவர்கள் பலர் இருக்கிறார்கள். உண்மையில் பிராணாயாமம் தேகத்தை காக்கும் சிறந்த கலைதான். மேலும் ஆயுளைப் பெருக்கி உயிரை வளர்க்கும் திறன் கொண்டதுதான்.

அதனால் சில பயன்கள் கிடைப்பது உண்மைதான். ஆனால் இதுவே வாசியோகம் ஆகாது. இது சித்தர்கள் கூறும் சாகாக்கல்வி அல்ல. பிராணாயாமத்தால் இறவாநிலையையோ இறைவனையோ அடைய முடியாது. வாசியோகம் ஒன்றே அனைத்து பயன்களையும் அருளக்கூடியது. B.A. படித்து முடித்தபின்தான் M.A. படிக்க வேண்டும். அதுபோல் பிராணாயாமம் முடித்த பின்னரே வாசியோகம் பயில வேண்டும். பிராணாயாமம் வாசியை அறிவதற்கே சித்தர்களால் சொல்லப்பட்டது. ஆதலால் பிராணாயாமம் வேறு வாசியோகம் வேறு என்பதை தெளிவாக அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

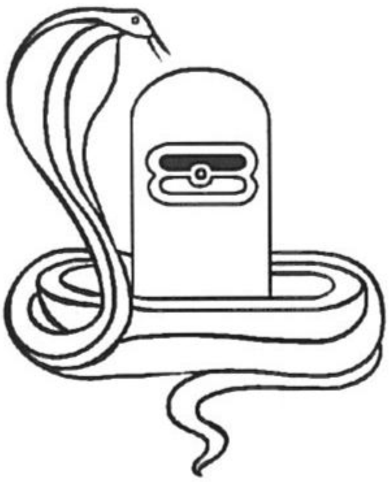
பிராணாயாமம் என்பது பிராணவாயுவை வெளிச்சுவாசத்தின் மூலம்



இயக்கி காற்றைப் பிடித்து உயிர் வளர்க்கும் கலை. வாசி என்பது பிராணனில் இருக்கும் உயிர் காற்றை உட்சுவாசத்தின் மூலம் இயக்கி மூலாதாரத்தில் செலுத்தி அங்கு குண்டலினி சக்தியாக விளங்கும் தனஞ்செயன் வாயுவை எழுப்பி மேலேற்றி மெய்ப்பொருளில் இணைக்கும் கலை. இந்த உண்மையை சாதகர்கள் நன்கு அறிந்து கொண்டு தியானம் செய்ய வேண்டும். இதனை இன்னும் தெளிவாக அறிவோம், படித்து ஆராய்ந்து உணர்வோம்.

மூலாதாரத்தில் தனஞ்செயன் வாயு குண்டலினி சக்தியாக உறங்கி கொண்டே இருக்கிறது. இந்த வாயு இறப்பிற்கு பின்பே உடம்பை அழுகி, வீங்கி அழியச் செய்யும் வேலையை மட்டுமே செய்யும்.

அதனால் இது வீங்கல் காற்று என பெயர் பெற்றது. அழிக்கும்



சக்தியாக விளங்கும் அக்காற்றிடம் அனேகமான ஆக்கச் சக்திகளும் பொதிந்து இருக்கின்றது. நல்ல பாம்பின் விஷத்தில் உயிரைக் காக்கும் விலை மதிப்பில்லாத மருந்து கிடைப்பது நாம் அறிந்ததுதானே. அது போலவே இறப்பிற்கு பின் உடம்பை அழிக்கும் காற்றிடமே உடம்பையும் உயிரையும் காக்கும் மருந்தாக குண்டலினி சக்தி அடங்கி பாம்பை போல் சுருண்டு உறங்கி கொண்டிருக்கிறது. அதனிடம் அளப்பறிய ஆற்றல்கள் அடங்கியுள்ளது. அது மூலாதாரத்தில் கனலாக இருந்து கொண்டிருக்கிறது. அதனை உறக்கத்திலிருந்து எழுப்புவதற்கு வாசியினால் தான் ஆகும். உட்சுவாசமாய் இருக்கும் காற்றான காலை தந்திரத்தால் இயங்க வைத்து அதனைக் கொண்டு மூலாதாரத்தில் இருக்கும் தனஞ்செயன் காற்றை எழுப்பி அனலாக இருக்கும் சோதியில் ஏற்றி சேர்ப்பதுவே வாசியோகம். கனலையும் அனலையும் வாசிக்கால் தந்திரத்தால் இணைத்து மெய்ப்பொருளில் ஏற்றுவதே வாசியோகம். இதனையே

ஔவை மூலாதாரத்து மூண்டெழு கனலை காலால் எழுப்பும் கருத்து என்பார். இந்த வாசியோகமே சிவராஜயோகமாகும். இதுதான் உடம்பை நோயில்லாமல் ஆக்கி வஜ்ரதேகமாக மாற்றும். இதுவே மனோபலம் தந்து மனோசக்தியாக மாறும். இதுவே இறவாநிலையை கொடுக்கும் சாகாக்கலை. இதுதான் மனிதனை தெய்வமாக்கும் உண்மையான வழி என்பதை உணர்ந்து கொண்டு வாசியோகம் பயிலுங்கள்.

பிருங்கி முனிவர் கதை



பிருங்கி முனிவர் வெகுகாலம் தவம்புரிந்து அ'்டமா சித்துக்களையும் அடைந்திருந்தார். அவர் எல்லாம் வல்ல சிவன் ஒருவனே என்பதை அறிந்து அவன் ஒருவனை மட்டுமே வணங்கி வாழ்ந்து கொண்டிருந்தார். அவருடைய தினசரி கடமைகளில் சிவலோகம் சென்று சிவனை மட்டுமே பூஜை செய்து அவரைச் சுற்றி வந்த பின்னரே மற்ற வேலைகளை செய்வார். இது சிவலோகத்தில் தினசரி நடந்து கொண்டிருந்தது. இதனைக் கவனித்து வந்த அன்னை பராசக்தி ஈசனிடம் சுவாமி பிருங்கி சிவலோகத்தில் நாம் இருவருமே சேர்ந்திருக்கும் போது என்னை விட்டு தங்களை மட்டுமே சுற்றி வந்து வணங்கி செல்கிறானே! இது முறையா எனக்கேட்டார். அதற்கு சிவன், தேவி அவன் என் மீது அளவு கடந்த பக்தி கொண்டுள்ளான். என்னை வணங்குவதும் உன்னை வணங்குவதும் ஒன்றுதானே, நீ ஏன் அதை தவறாக கருதுகிறாய் என்றார். ஆனால் சக்தியோ சமாதானம் அடையாமல் நான் உங்களோடு சேர்ந்து அமர்ந்திருப்பதை கண்டும் என்னைக் காணாதவன் போல் உங்களை மட்டும் சுற்றி வணங்குவது எப்படிச் சரியாகும். ஆதலால் இன்று அவன் வரும் போது நாம் அர்த்தநாரியாக அமர்ந்திருப்போம் அப்போது அவன் என்ன

செய்கிறான் என்பதை பார்ப்போம் என்றார். ஈசனும் சக்தியின் விருப்பத்திற்கு சம்மதப்பட்டு இருவரும் ஒருவராகி அர்த்தநாரியாக அமர்ந்திருந்தனர்.

எப்போதும் போல சிவனை வணங்க சிவலோகம் வந்த பிருங்கி முனிவர் அன்றும் தன் சிவ பூஜையை செய்துவிட்டு சிவனை சுற்றி வர தான் ஒரு வண்டு வடிவம் எடுத்துக் கொண்டு அர்த்தநாரியாக இருந்த சிவன் பாகத்தை மட்டுமே சுற்றி வந்தார். பின் தன் சுயஉருவை எடுத்துக்கொண்டு திரும்பியவரிடம் சக்தி கோபம் கொண்டு பிருங்கி நில் என ஆணையிட்டார். பின் பிருங்கி முனிவரிடம் என் சக்தி இருந்ததனால்தானே நீ இவ்வாறு செய்ய முடிந்தது. எங்கே என் சக்தியை இழந்துவிட்டு உன்னால் ஈசனை சுற்றி வர முடியுமா? முடிந்தால் செய்து காட்டு எனக்கூறி தன் சக்தியை முழுவதும் அவரிடம் இருந்து பறித்துவிட்டாள்.



மாமிசமானா லெழும்புமுண்டு சதை
　　வாங்கி யோடு கழன்று விடும்
ஆமிசமிப்படிச் சத்தி யென்றே விளை
　　யாடிக் கும்மி அடியுங்கடி

- என்ற கொங்கணவர் பாடியபடி

சக்தியை இழந்த பிருங்கி முனிவரின் எலும்பிலிருந்த சதைகள் யாவும் அற்று விழுந்து எலும்புக்கூடாக சீவனை மட்டும் விடாதிருந்தார். உடம்பில் இருந்த சக்தி போனதால் இவரிடம் இருந்த அ்'டமாசித்தும் அகன்று போனது. சக்தி இல்லாது சீவனும் போகும் தருவாயில் ஈசன் தன் தண்டத்தை பிருங்கி முனிவர் எலும்புக் கூட்டிடம் தந்து சீவனை கீழேவிழாது தடுத்து நிறுத்தினார். அதன் பின் சக்தியிடம் அவர் உடம்பைத் தருமாறு ஆணையிட்டார்.



சக்தியும் சிவனின் கட்டளைப்படி பறித்ததையெல்லாம் திருப்பிக் கொடுத்தார். சக்தி பெற்று முன் போல் ஆன பிருங்கி முனிவர் தன் தவறை உணர்ந்து அன்னையிடம் தன் செயலுக்கு வருந்தி மன்னிக்கும் படி வேண்டினார். ஈசனும், அன்னையும் மனம் குளிர்ந்து பிருங்கி முனிவரின் பக்தியை வாழ்த்தி வரமளித்தனர்.

சக்தி இல்லையேல் சிவனில்லை. சக்தியாக இருப்பது உடல். சிவனாக இருப்பது உயிர். உடலும் உயிரும் சேர்ந்திருந்தால்தான் ஞானநிலையை பெற முடியும். பக்தியில் பணிவு வரவேண்டுமே அன்றி ஆணவ, அகங்காரம் வரக்கூடாது என்பதை உணர்த்துவதே பிருங்கி முனிவரின் கதை.

உடம்பார் அழியின் உயிரார் அழிவர்
திடம்பட மெய்ஞ்ஞானம் சேரவும் மாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே! என்ற பாடலில்

திருமூலர் உடம்பையும் வளர்க்க வேண்டும், உயிரையும் வளர்க்க வேண்டும் என்று உணர்த்துவார். உடம்பு, உயிரை வளர்த்து ஞானம் தருவதே வாசியோகம்.

வாசி என்பதை திருப்பிச் சொன்னால் சிவா என்றே வரும். இந்தவாசிதான் உயிர் காற்று. இவ்வாசியினால் வந்த உடம்பில் மூலாதாரத்தில் மூண்டெழும் கனலாக இருப்பது குண்டலினி எனும் சக்தி. இச்சக்திதான் தனஞ்செயன் காற்று. சிவனோடு சக்தியை சேர்க்கும் தெய்வீகக்கலையே வாசியோகம். பிராணவாயுவால் தனஞ்செயன் வாயுவை இயங்கச் செய்பவனே சிறந்த யோகி. தனஞ்செயன் என்பது வில்வித்தையில் சிறந்தவரான அர்ஜுணனின் பெயராகும். அர்ஜுணன் குறி தப்பாது. அதுபோலவே தனஞ்செயனை பயன்படுத்தி செய்யும் காரியங்கள் எதுவும் நடவாமல் போகாது. ஆதலால் தான் இதைத் தவறாகப் பயன்படுத்தக் கூடிய தீயவர் கைக்கு கிடைத்துவிடகூடாது என்றே சித்தர்கள் இக்கலையை இரகசியமாக்கினர். வாசிக்கும் சரம் என்ற வழக்கும் உண்டு. ''சரம் பார்ப்பவனிடம் சரசம் வைக்காதே'' என்பர். ஏனெனில் வாசியோகியிடம் சண்டை வைத்துக் கொண்டால் அவன் கோபப்பட்டு வாசியினால் சரம் தொடுத்து இருந்த இடத்திலிருந்தே எதிரியை நாசம் செய்துவிடுவான் என்பதற்கே. மேலும் சரம் பார்ப்பவனே பரம் பார்ப்பான் என்றும் கூறுவர். இதுவும் வாசி பார்ப்பவனே பரம்பொருளைப் பார்ப்பான் என்று உணர்த்துவதற்கே.

நீண்ட காலம் மந்திர உபாசனைகள் செய்பவர்களுக்கும், பிராணாயாமப் பயிற்சி செய்து தியானம் செய்பவர்களுக்கும், இறைமீது மெய்பக்தியுடன் பாடித்துதிப்போர்களுக்கும், பிறவித்தொடர்புடையவர்களுக்கும் குண்டலினி சக்தி விழித்துக்கொண்டு திடீரென ராக்கெட் போல் மேலேறும். இதை பலர் தம் அனுபவத்தில் கண்டு உணர்ந்திருப்பர். வாசிப்பழக்கம் அறியாத காரணத்தால் அதனை இயக்கும் வழிவகை அறியாது திகைத்து ஆச்சர்யப்பட்டு நிற்பர். எப்படி வந்தது ஏன் இவ்வாறு நடந்தது எனப்புரியாமல் இவ்வனுபவத்தை தம் சிந்தையில் தேக்கி வைத்திருப்பார்கள். இதுதான் இறைவன் உனக்குள் இருக்கும் குண்டலினி சக்தியை காட்டி கொடுக்கும் அனுபவநிலை. இதனை பிறவி ஞானிகள் உடனே உணர்ந்து அதன் சூட்சமத்தை தானாகவே அறிந்து தம் வாழ் நாள் முழுவதும் பயன்படுத்திக் கொள்வார்கள். ஏனையோர் இவ்வனுபவ நிலையை அறியாது குருவைத் தேடி

அலைவார்கள். அவரவர் செய்த புண்ணிய பலனுக்குத் தக்கவாரே குருவும் அமைவார்கள். இன்னும் சிலருக்கோ அவர்கள் செய்யும் முறை தெரியாத தீவிர பயிற்சிகளால் இக்குண்டலினி சக்தி வெகுண்டெழுந்து மேல் நோக்கி பாயும். அதை இயக்கும் தந்திரம் அறியாததால் அது நேராக பின் மண்டையில் உள்ள முகுளத்தையும் சிறுமூளையிலும் வேகமாகத் தாக்கி சித்தப்பிரமை கொள்ள செய்துவிடும். அதன் பிறகு அவர்கள் பித்தர்களாக இப்பூமியெங்கும் அலைந்து தாகம் வரும் போது சாக்கடை நீரை அள்ளிக் குடித்தும் பசி வரும் போது உணவின் தரம் அறியாது உண்டும் வாழ்ந்திடுவார்கள், இவர்களில் சிலர் எப்போதும் முன் தான் பயிற்சியின் போது படித்த பாடல்களைப் பாடிக்கொண்டும், சிலர் எப்போதும் புரியாதவாறு புலம்பிக்கொண்டும், சிலர் எதுவும் பேசாமல் மௌனமாக இருப்பர். இவர்களையும் சித்தர்கள் என்று கூறி ஏமாறும் மக்கள் அனேகர். இம்மாதிரி உள்ளவர்களை வைத்து அவர்களையே பூசிப்பது போல் வேடமிட்டு ஏமாற்றும் மனிதர்களும் உண்டு. ஆதலால் யோக ஞான சாதகர்கள் இதனையெல்லாம் பாராது தன்னையே பார்த்து தன்பிறவியை மேம்படுத்த வாசியின் நுட்பங்களை அறிந்து யோகமும் தியானமும் புரியுங்கள்.

வாசி என்பது அவரவர் உள்ளும் அமைந்திருக்கும் திறன் மிகுந்த சக்தி. அதனை இயக்குவதற்குரிய தந்திரமே வாசியோகம். கார் எந்திரங்களால் ஆன சாதனம். அதில் ஏறி நாம் பயணம் செய்து சேர வேண்டிய இடத்திற்கு செல்லலாம். ஆனால் அதை நாமே ஓட்ட வேண்டுமென்றால் டிரைவிங் தெரிந்திருக்க வேண்டும். கார் ஓட்டும் பயிற்சியையும் நுட்பங்களையும் கற்றிருந்தால் கார் ஓட்டுவது இலகுவாக இருக்கும். அதை விடுத்து பயிற்சியே இல்லாமல் பார்த்ததைக் கொண்டே கார் ஓட்டினால் அது விபத்தாகத்தான் முடியும். அதனால் கார் ஓட்ட ஆசைப்பட்டால் அதை அறிந்தாரிடம் அறிந்து கற்றுக் கொண்டு தானே ஓட்டும் திறமை வந்தவுடன் நாமே கார் ஓட்டலாம். அது போலவே நம் உடம்பாகிய எந்திரத்தில் வாசி எனும் குதிரை சாதனமாக உள்ளது. அதனை இயக்கும் மந்திரத்தையும், தந்திரத்தையும் அறிந்தாரிடம் அறிந்து கொண்டு திறமையுடன் இயக்கினால் அதில் சவாரி செய்து நாம் இறைவனிடத்தில் சேரலாம்.

கார் ஓட்டும் பயிற்சி கற்ற ஆணும் பெண்ணும் திறமையாக கார் ஓட்டுவதைப் போல் வாசிப் பயிற்சியை பெண்களும் கற்றுக் கொண்டு

யோகமும், தியானமும் செய்யலாம். சில குருக்கள் இதை பெண்கள் செய்ய கூடாது என்று போதனை செய்கிறார்கள். வாசியைப் பற்றி மிகத் தெள்ளத் தெளிவாக விநாயகர் அகவலில் பாடிய ஔவையார் பெண்தானே. ஆதலால் இந்த வாசியோகம் செய்ய ஆண், பெண் என்றும் சாதி, மதம் என்றும் எந்த பேதமும் கிடையாது. நாட்டமிருந்தால் முயற்சியுடன் பயிற்சிகளை சிரத்தையுடன் செய்து இணையடி நிழலில் யாரும் சேரலாம்.



இராமதேவர்
அழகர்மலை

ஒளி வெளி மதி தாண்டி– சிவ சிவ
ஒன்பது வாசலுங் கட்டறுத்து
தெளிவும் பொறிபுலனும் - சிக்கறுத்துச்
சிந்தையகற்றி மனதொருப் படுத்தி
பொழியவும் அமிர்தரசம் - பொசிக்கவின்பம்
பூசிக்க பூசிக்க ஞானம் பூரணமதாய்ச்
சுழிதனில் எழுந்ததொரு– வாசியெனும்
சோதியைக் கண்டவனும் நான் காணும்

- ஞான வெட்டியான்.

ஒளியையும் வெளியையும் அறிவையும் கடந்து சிவ சிவ எனும் வாசி கதியினால் ஒன்பது வாசலையும் கட்டி மும்மலங்களையும் அறுத்து தெளிவடைந்தேன். ஐம்பொறி புலன்களையும் அதன் வழியில் போகவிடாது ஓரேழுத்தால் சிக்கறுத்து கட்டுப்படுத்தி சிந்தையை அகற்றி மனத்தை ஒரு நிலைப்படுத்தி செய்யும் தியானத்தினால் அமிர்தரசம் பொங்கியதைக் கண்டேன். அதனை உண்ண, உண்ண

பேரின்பம் கொண்டு ஞானம் பூரணமாய் அடைந்தேன். அது சுழுமுனையில் இருந்து எழுந்த வாசியினால் சோதியைக் கண்டதனால் அல்லவோ அப்பேரின்பத்தை அடைந்தேன் என்று திருவள்ளுவர் ஞான வெட்டியான் எனும் நூலில் கூறுகிறார். ஆதலால் சித்தர்கள் வழிகாட்டும் வாசியோகத்தை முற்றும் உணர்ந்து பயிலுங்கள்.

அடியவனின் அனுபவ உண்மை

ஒன்றென்றிரு தெய்வம் உண்டென்றிரு
உயர் செல்வம் எல்லாம் அன்றென்றிரு
பசித்தோர் முகம்பார் நல்லறமும் நட்பும் நன்றென்றிரு
நடு நீங்காமலே நமக்கு இட்டபடி என்றே இரு
மனமே உனக்கு உபதேசம் இதே! எனும் பட்டிணத்தார்



உபதேசப்படி வாழ்ந்து வருபவன் யான். நான் உத்தமனாய் இல்லாது போயினும் உண்மையிலேயே வாழ்ந்து கொண்டிருப்பவன். இறைவன் புகழ் பாடும் பஜனையே என் வாழ்க்கை என்றிருந்தேன். சிவமே எனக்கு ஐயப்பன் வடிவில் குருவாய் வந்தது. அது முதல் ஐயப்பனையே சிவம் என்று உணர்ந்து சோதியாய் வணங்கி வருகின்றேன். இதை எனையறிந்த அனைவரும் அறிவர். என் குருவின் கட்டளைப்படி பாழடைந்து கிடந்த பழமையான ஸ்ரீமாணிக்க நாச்சி அம்மன் கோயிலை திருப்பணிகள் செய்து கும்பாபிஷேகம் செய்து தொண்டு செய்து வந்தேன். அந்த அன்னையையே என் தாயாக வழிபாடு செய்து வாழ்ந்து கொண்டிருந்தேன். அந்த

அன்னையின் அருளினால் சித்தர்கள் தொடர்புகிடைக்கப் பெற்று யோகமும், தியானமும் செய்த வண்ணமே அக்கோயிலிலேயே என் குருநாதனுக்கும் ஒரு கோயில் எழுப்பி கும்பாபிஷேகம் செய்தேன். இதற்கு 24 ஆண்டு காலம் ஆகியது. இக்காலகட்டத்தில்தான் சிவனே சித்தன் வடிவில் வந்து மணி, மந்திர ஔஷத உபதேசம் தந்து இதனை யாரிடமும் சொல்லக் கூடாது எனவும் இதனை தவறான பாவச்செயல்களுக்கு பயன்படுத்தக் கூடாது எனவும் சத்தியம் வாங்கி தீட்சை கொடுத்துச் சென்றான். அது முதல் மெய்வாசியைப் பெற்று என் யோக, தியான சாதனைகளை தீவிரமாக செய்து கொண்டு வருகிறேன்.

இவ்வாறு பனிரெண்டு ஆண்டுகள் கடந்த பின் என் குருநாதன் கனவில் தோன்றி நீ கற்ற உண்மையான யோக ஞானத்தை பிறவித்தொடர்புடைய நல்ல உயிர்களுக்கும் இறை நம்பிக்கை கொண்ட புண்ணியோருக்கும் வழங்கு என ஆணையிட் டார். அன்று தொடங்கி இன்று வரை இந்த அரும்பணியை அடியேன் மூலம் அவனே என்னுள்ளிருந்து சொல்வதை உபதேசம் செய்து வருகிறேன். என்னை நாடி வரும் உயிர்கள் உத்தமர்களாகவும், நல்ல எண்ணம் கொண்டவர்களாகவும், பூர்வ ஜென்ம புண்ணியோர்களாகவும் உள்ளதையும் உணர்கிறேன். என் குருநாதனே என் சீடர்களாக வருவதையும் என் அறிவால் அறிகின்றேன். ஒரு சீடருக்கு நல்ல குரு அமைவது எப்படி அவசியமோ அதுபோல் ஒரு குருவிற்கு நல்ல சீடர்களும் அமைய வேண்டும். அதை அடியவனுக்கு இறைவன் அருளாய் வாரி வழங்கியுள்ளான். அடியவன் ஒரு நல்ல குருவா? அதை என் சீடர்களின் உயர்வில்தான் அறியமுடியும்.

எத்தனை காலம் பக்தியிலும், தொண்டிலும், யோகத்திலும், தியானத்திலும் அரும்பாடுபட்டு அடைந்த தவப்பயனை எல்லாம்சித்தர்கள் இரகசியங்களையும், வாசியையும் மிக எளிதாக மற்றவர்களுக்கு அறிவித்து இழந்து போகிறானே என என் ஆன்மிக நண்பர்களுக்கு என் மீது வருத்தம். நான் அவர்களுக்கு இதன் மூலம் பதில் சொல்ல விரும்புகின்றேன். சித்தர்கள் இரகசியத்தை நான் வருங்கால சித்தர்களுக்குத்தான் அறிவிக்கின்றேன். மாயையில் சிக்குண்டு மனிதப் பிறவி எடுத்து உழலும் பாவிகளுக்கு இதை நான் உபதேசிப்பதில்லை. மேலும் இக்கலையை அறிந்த நான் அதனை வியாபாரம் ஆக்கவில்லை. ஆத்மா சம்பந்தப்பட்டவர்களுக்கே ஆத்மார்த்தமாக உணர்த்துகின்றேன். ஆன்மிகத்தை நாடும் அனைத்து

மனிதர்களையும்நான் நல்லவர்களாகவே எண்ணுகின்றேன். ஆதலால் நான் கற்ற இச்சாகாகல்வியை சித்தர்கள் அனுமதியுடன் கற்றுக் கொடுக்கின்றேன். இதில் தவறேதும் இருப்பதாக இறைவன் உணர்த்தவும் இல்லை.

இருப்பினும் இந்த வாசியை மட்டும் நான் மற்றவர்க்கு கொடுத்தால் எனக்கு வாசி ஓடுவது தானாகவே நின்று விடுகிறது. அதனால் நான் பல மன உளைச்சலுக்கு ஆளாக நேர்ந்தது. தியானம்கூடாது அல்லல் படுத்தியது. அதனால் அடியேன் மூகாம்பிகையிடம் சென்று முறையிட்டேன். தெய்வ அருளால் நின்று போன வாசி மறுபடியும் தானாகவே நடந்தது. அது முதல் என் கவலை ஒழிந்து தெளிவு பிறந்தது. இப்போதும் நான் தீட்சை கொடுத்தால் நின்று போகும் வாசி சதுரகிரி மலையைத்தொட்டபோதே கிடைத்துவிடுகிறது. ஆதலால் அடியேன் அடிக்கடி மூகாம்பிகையிடமும்,சதுரகிரிசுந்தரமகாலிங்க மலைக்கும் சென்று தவம் புரிந்து இழந்த தவத்தை மீட்டு வருகிறேன்.

இதனை ஏன் சொல்கிறேன் என்றால் வாசி அற்புதமான சித்தர்கலை.எவரை ஏமாற்றினாலும் வாசியை ஏமாற்ற முடியாது. இறவாநிலையைபெறுவதற்கும் இறைவனை அடைவதற்கும் வாசி ஒன்றே ஆயுதம். அதனை பூர்வ வாசனையால் உணரும் நீங்கள் அதற்கென உள்ள விதியை மீறி புண்ணியத்தை இழந்துவிடாதீர்கள். அடியேனுடைய ஓரே குறிக்கோள் இறைவனை அடைந்து இறவாநிலை பெற வேண்டும் என்பதே. அதற்காக நான் இறுதி வரை பாடுபட்டுக் கொண்டுதான் இருப்பேன். சித்தர்கள் வரிசையில் நானும் சேர்வேன் என்ற நம்பிக்கையோடு உண்மையில், உண்மையாக உழைத்துக் கொண்டுதான் இருப்பேன். இறைவனின் தீர்ப்பு இல்லையென்றாயினும் விட்டகுறை தொட்டகுறை பற்றி வந்து மீண்டும் இச்சாதனைகளை புரிந்து வெற்றி பெறுவேன். ஏனெனில் ஞானம் அடைந்து இறவாநிலைபெறுவது என்பது ஒரே பிறவியில் கிடைக்ககூடியதில்லை. பலபிறவியின் தவப் பயனால் கிடைப்பதே ஞானம். வாசியும் முற்பிறவித்தொடர்பால்கிடைப்பதுவே. ஆதலால் இறைவனை அடையும் இலட்சியத்தில் வைத்த அடி மாறாத தீரத்துடன் உழைப்போம். அதற்காகவே உழைத்து வாசியினால், வாசியிலேயே பதிவு செய்து எப்படியும் இறைவனை அடைந்தே தீருவோம் என்ற உறுதியுடன் பாடுபடுவோம் வாருங்கள்.

அடியேன் இறைவனைத் தவிர வேறு எவருக்கும் எதற்கும் அஞ்சமாட்டேன். இறைவனைத் தவிரவேறு எவரிடமும் எதையும் எதிர்பார்த்து இப்பணியைச் செய்பவன் இல்லை. நான்செய்யும் பணிக்கு இறைவன் கூலி தருவான் தந்து கொண்டும் இருக்கின்றான். ஆதலால் நான் சுயமாகவும், சுதந்திரமாகவும் இருந்தே இப்பணியை மெய்ப்பாடாக செய்து கொண்டிருக்கிறேன். உங்களையும் அதுபோலவே இருந்து இறைவனையே குருவாகக் கொண்டு பாடுபடவே சொல்கின்றேன். அதனால் அடையும் பலனை அனுபவத்தில் அறிந்து கொள்ளுங்கள். யோகம், தியானம் போன்றவைகளைவாழ்வில் வரும் துன்பங்களையும் உடம்பில் வரும் உபத்திரவங்களை நீக்குவதற்கும் உள்ள உபாயம் இதுவென்றே சித்தர்கள் உபதேசித்ததைக் கொண்டு செய்கின்றோம். நாம்செய்யும் யோகமும், தியானமும் துன்பத்தையும் உபத்திரவத்தையும் தந்தால் நாம் செய்தது உண்மையில்லை என்று தானே ஆகும். பொய்யானவர்களின் போதனையினால் பொய்யான யோகத்தை கற்று அதனால் நரம்புகள் சுருங்கி நடமாடக்கூட முடியாத நிலையில் அல்லல்பட்டுழலும்பலரை நான் நேரில் கண்டிருக்கிறேன். யோக சாதன பழக்கத்தில் இருக்கும் போதே மாரடைப்பு ஏற்பட்டு மரணம் அடைந்தோர் பலர். சாகாக்கலை எனும் வாசியோகம் மனிதப்பிறவிகளுக்கு நேரும் எல்லா இடையூறுகளையும் நீக்குமேயன்றி நோய்களையும் வினைகளையும் கொடுக்காது.

ஒரு சமயம் அடியவனைக் காண என் சீடர்கள் மூலம் ஒரு யோகா மாஸ்டர் வந்தார். அவர் பல யோக சாதனைகளை டீ.வியில் நிகழ்த்திக் காட்டுபவர். அவர் தான் வாசியோகம் செய்து வருவதாக கூறினார். நான் அவரை தாங்கள் செய்து வரும் யோகக் கலையை அறியலாமா என வினவினேன். அவர் என் குரு அதை இரகசியம் என்று கூறி சத்தியம் வாங்கியுள்ளார் என்றார். நான் அவரிடம் தம்பி நானும் வாசியோகம் தான் செய்து வருகிறேன். அறிந்தாருடன் விசாரம் செய்வது தான் சத்சங்கம். இதோ நான் செய்து காட்டுகிறேன் பாருங்கள் என சொல்லி வாசியை கீழிருந்து மேல் நோக்கி நாதலயத்துடன் ஏற்றிக்காட்டினேன். மேலும் நீயும் வாசியோகி தானே வாசியை ஏற்றிக்காட்டு என்றேன். அவரால் மற்றவர்க்கு ஏற்றிக்காட்ட இயவில்லை. என்னைப்போல் வாசியை ஏற்ற மூக்கினால் முயற்சி செய்தார். நான் அவரிடம் நீங்கள் செய்வது பிரணாயாமமேயன்றி வாசி இல்லை என்பதை எடுத்துரைத்தேன். ஆனால் அவர் தான் செய்வதே சரியான பயிற்சி என்றும் இதனையே நான் பல மாணவர்களுக்கும்

கற்றுத்தருகிறேன் என்று வாதாடினார். நானும் அதை சரி எனக் கூறி விடைக் கொடுத்தேன். என் சீடர்களின் அன்பு வேண்டுகோளுக்கு இணங்கி வாசி பயிற்சியின் முதல் பாடத்தை மட்டும் செய்து காட்டி அவரையும் அதுபோல் செய்து பழகி வருமாறு சொல்லி அனுப்பி வைத்தேன்.

நான் சொல்லித் தந்த பயிற்சியை செய்து ஆராய்ந்து பாராமல் பல யோக நூல்களை மட்டும் ஆராய்ந்து பார்த்த அவர் தன் அறிவினால் கண்ட அனுமானத்தை மட்டும் வைத்து என் சீடர்களிடம் நான் சொல்லி தருவது பொய்என போதித்துள்ளார். இதனைக் கேட்டறிந்த அந்த யோக மாஸ்டரின் நலனில் அக்கரை கொண்ட என் சீடர் என்னைக் கண்டு எது உண்மை என்று சொல்லுங்கள் என்று கேட்டார். நான் அவர் இவ்வாசி பொய்யென்பதற்கு என்ன காரணம் சொன்னார் என வினவினேன். அதற்கு அவர் தந்த பதிலாக "மூக்கினால் செய்வதே உண்மையாகும். அங்குதான் இடகலை, பிங்கலை, சுழுமுனை இருப்பதாக யோக நூல்கள் கூறும்.

அதனால் வாயினால் செய்யும் வாசி பொய் என்றும் அதனால் வாய் மூலம் கிருமிகள் உள்ளே நுழைந்து கேடு விளைவிக்கும்என்றும் டாக்டர்கள் கூறுகிறார்கள். ஆதலால் நான் சொன்ன வாசியோகம் பொய்" என்று அந்த யோக மாஸ்டர் கூறியதாகக் கூறினார். மேலும் சில டாக்டர்களிடம்சென்று இது குறித்துஆலோசித்த போது வாய் வழியே சுவாசப் பயிற்சி நடத்தினால் நிச்சயம் வெளியிலிருந்து கிருமிகள் உள் நுழையும் என்று கூறியதாகச் சொன்னார்.

இந்த விஞ்ஞான ஆய்வுக்கு என்னால் அவருக்கு உடனடியான பதில் சொல்ல தெரியாது திகைத்தேன். இருப்பினும் அதற்க்கான பதிலை என் குருநாதரிடம் கேட்டுச் சொல்கிறேன் என்று மட்டுமே சொல்லினேன். அன்றைய தினமே சாதனை முடித்து தியானம் செய்து குருவிடம் இதற்கான பதிலை கேட்டேன். என் குருவும் பரிந்து வந்து மகனே! வாயினால்செய்வது வாசிப்பயிற்சி. மூக்கினால் செய்வது பிராணாயாமம். இப்பெயர்களின் உச்சரிப்பிலேயே உண்மை இருப்பதை உணர். பிராணாயாமம் என்று சொல்லும் வார்த்தையே மூக்கினில் இருந்தே வெளி வரும். ஆனால் வாசி எனும் வார்த்தையே வாயில் இருந்தே வெளிப்படுவதை அறி. ஆகையால் வாயினுள் உள்ளஉண்ணாக்கின் வழியேற்றுவதே வாசியோகம். வாய் வழி

பயிற்சியினால் உள்ளே புகும் கிருமிகள் மூக்கின் வழியாக செய்யும் பயிற்சியினால் மட்டும் உள்ளே நுழையாதா? எப்பேர்ப்பட்ட வினைகளையும் பொசுக்கும் வாசியினால் இக்கிருமிகளை பொசுக்கி அழிப்பது இயலாத காரியமா? வாசியே ஓங்காரம். ஓங்காரத்துள்ளிருக்கும் அஉஇ என்ற மூன்றெழுத்தே மந்திரமான வாசி எல்லாவித முன்வினை, தன்வினை நோய்களையும் ஒழிக்கும் வல்லமை பொருத்தியது என்பதை எடுத்துரை. எட்டிரண்டால் இயலாத காரியம் ஏதுமில்லை என போதனை செய்தார். இவ்விளக்கம் பெற்ற பின்பே அடியேனும் தெளிவடைந்தேன். அச்சீடரையும் அழைத்து இவ்வுண்மையை உணர்த்தி அனுப்பிவைத்தேன்.

ஓங்காரமேநல் திருவாசி உற்றதனில்
நீங்கா எழுத்தே நிறைசுடராய் ஆங்காரம்
அற்றார் அறிவரணி அம்பலத்தான் ஆடலிது
பெற்றார் பிறப்பற்றார் பின்.

- உண்மை விளக்கம்

அவரை அனுப்பிய பின் எதேச்சையாக டீ.வி. போட்டுப்பார்த்தேன். அதில் ஒரு பக்தி படம் வந்தது. அப்படத்தில் வரும் பாடலில் **“உணவினிலே நஞ்சு வைத்தால் நீலகண்டன் மகனே! உன் ஓங்காரம் அதை அழிக்கும் யாரறிவார் குகனே”** என்று பாடிக்கொண்டிருந்தார் புரட்சிகலைஞர் விஜயகாந்த். மேலும் அச்சமயம் நண்பர் ஒருவர் ஜட்ஜ் பலராமையா எழுதிய பாடல் இதுவென ஒரு நூலைக் கொடுத்தார். அதைப் புரட்டியவுடன் என் கண்ணில் பட்ட வரிகள் **“மூக்கினிலே சுவாசமிடும் மனிதரை நம்பாதீர் என்று ஏசு சொன்ன வசனமிது யாரறிந்து உய்யவல்லார்”** என்பதுவே. அதுபோல் வாசியோகத்தை முழுமையாக சொன்ன காகபுஜண்டரும் **“மூக்கு முனை நின்றிருப்பான் விருதா மாடு”** எனத்திட்டுகிறார். அதனால் வாசிப்பயிற்சி என்பது வாய் உள்ளே இருக்கும் உண்ணாக்கின் வழியாக ஏற்றி இறக்கும் யோக தந்திரம் என்பதைபுரிந்து கொள்ளுங்கள்.

யோகச் சமாதியின் உள்ளேஅகலிடம்
யோகச் சமாதியின் உள்ளே உளரொளி
யோகச் சமாதியின் உள்ளே உளசக்தி
யோகச் சமாதி உகந்தவர் சித்தரே. - திருமூலர்



திருமூலர்
திருமந்திரம்

பதஞ்சலிமுனிவரின் அட்டாங்க யோகத்தில் பிரத்தியா காரம் என்பது மனதை புறத்தே ஓடாதவாறு அகவழிப்படுத்துவது. ஐம்புலன்களை அடக்கி மனதை நிலைப்படுத்துவது. மனம் என்ன என்பதைத் தெரிந்தால் தானே இந்த பிரத்தியாகாரம் எனும் யோகத்தை ஆற்ற இயலும். தாரனை என்பது மனத்தை ஒருகுறியில் நிலைப்படுத்திநிறுத்துவது.

மனதை அறிந்தபின் கூற்றை உதைக்கும் குறியாக இருக்கும் வாலையில் நிலைப்படுத்தி கும்பிப்பதும் குறியை அறிந்தால் அல்லவோ இயலும். தியானம் என்பது ஒன்றையே தனக்குள்ளே அறிந்துணர்ந்து ஒடுங்குவது. இதுவும் தியானத்தின் கருப்பொருளைஒன்றாக நின்ற உண்மையை உணர்ந்தால் தானே இயலும். சமாதி என்பது இறையும் உயிரும் ஒன்றாகி ஒன்றி உருகும் சுகம். இந்த நான்கு யோகங்களும் வாசியினால் மட்டுமே ஆகும் செயல் என்பதையும், அதனை நாம் மூக்கினால் சுவாசித்து செய்யும் பயிற்சிகளால் செய்ய முடியாது என்பதையும் நன்கு புரிந்து கொண்டு யோக ஞான சாதனைகளை பயிலுங்கள்.

வாசியே மனமாகவும் வாலையாகவும் ஆன்மாவாகவும் ஆவதை இந்நூலில் விரிவாகவும் விளங்குமாறும் விளக்கியுள்ளோம். இவ்வாசியைக் கொண்டே குண்டலினி சக்தியை எழுப்ப முடியும் என்பதையும் தெளிவுபடுத்தியுள்ளோம். வாசியோகம் இது வரை இரகசியமாக இருந்ததை இந்நூல் மூலம் சித்தர்கள் கருணையினால் வெளியாக எடுத்துரைத்துள்ளோம். இவ்வளவும் அறிந்து கொண்டாலும்

இந்த யோக சாதனையில் அயராது மெய்ப்பாடுபட்டு உழைப்பவர்க்கே வாசிலயமாகும். இவ்வாசிக் கலையை பெரும் செல்வங்களை வாரி கொடுத்து பெற்றுவிடலாம் என எண்ணாதீர். செல்வத்துள் பெரும் செல்வமே வாசிதான். வாசிக்கேசெல்வம் என்று பொருள். இதனைப்பலநூல்களையும் கற்றறிந்த அறிவினால் அடைந்துவிடலாம் எனவும் கருதாதீர். ஏட்டுச் சுரைக்காய் கறிக்கு ஆகாது என்பர். ஏனெனில் வாசியே பேரறிவாக விளங்குவது. மெய்யான பக்தியும், மெய்ப்பொருள் உண்மையும், விடாமுயற்சியும்தொடர்பயிற்சியும் கொண்டு மெய்ப்பாடுபடும் உத்தம சாதகர்களுக்கே மெய் வாசி கிடைக்கும். ஆதலால் இறைவனை அடைய வேண்டும் என்ற வேட்கையுடன் அன்பே சிவமாய் இருப்பவர்க்கே வாசிலயம் கிட்டும். இதுவே மெய் வாசி என்பதை உணர்ந்து உழைத்து உயர்வடையுங்கள்.

இந்த மெய் வாசியை இந்திய தேசத்தில் வாழ்ந்திருந்தஅனைத்து ரிஷிகளும், முனிவர்களும், ஞானயோகிகளும், சித்தர்களும் பயன்படுத்தியே மெய் நிலையை அடைந்துள்ளார்கள்.



பாபா

இது அவரவர்களும் செய்து கொண்டிருந்த உள் வேலை. இதை கொண்டே தியானமும், தவமும் புரிந்து நம் தேசத்தையே ஞான பூமியாக ஆக்கியுள்ளார்கள். ஆதலால் தான் இன்றும் உண்மை ஞானத்தை அறிந்து கொண்டு பயில உலகமெங்கனும் இருந்து பல்லோரும் இங்கு வந்து இறைஞானம் அடைந்து தியானம் செய்கின்றனர். அதிலும் குறிப்பாக சித்தர்களே இக்கலையை ககன மார்க்கத்தில் பறந்து சென்று உலகமெங்கும் பரப்பியவர்கள். தென்னாட்டில் பரங்கிப்பேட்டையில் அவதரித்த பாபாஜி அவர்கள் இமயமலைக்கு சென்று இவ்வாசியினால் தவம்புரிந்து சித்தி பெற்று இன்றும் இறவாமல் அருவநிலையில் இருப்பதாக சொல்கிறார்கள். இவரே இயேசு நாதருக்கு உபதேசம் செய்து ஞானம்

கொடுத்ததாகவும் கூறுவர். இதுபோலவே நபிகள் நாயகம் அவர்களுக்கும் ஸ்ரீகாகபுஜண்டரே உபதேசம் நல்கியதாகவும் கூறுவர். நம் சித்தர்கள் கலையை கற்று உணர்ந்ததனாலே தான் இஸ்லாத்தில் தொழுகை ஒன்றையே முதல் கடமையாகவும் இறைவனை வணங்குதற்குரிய சாதனமாகவும் நபிகள் அமைத்தார். பாபாஜியும் தன் சீடர்களுக்குகிரியாயோகம் என்று வாசியையே பயிற்சியாகக் கொண்டு தியானம் செய்ய போதனை செய்துள்ளார் என்பதையும் உணர்ந்து கொண்டு சாதனைகள் செய்யுங்கள்.

அறிவை அறிந்தவர்களோடு கூடி சத்சங்கம் பண்ணுங்கள். சித்தர்கள் நூல்கள் யாவையும் சத்விசாரம் செய்யுங்கள். மத இன பேதமில்லாது மனிதநேயம் ஒன்றைக்கொண்டேஇறைப்புகழை பாடியும் ஆடியும் தோத்திரம் செய்யுங்கள். அதன் பின் தனித்திருந்து வாசி யோகமும் தியானமும் செய்யுங்கள். ஞானம் பெற வேண்டிய நினைவையே பசியாகக் கொண்டிருங்கள். இறைவன் எந்த நேரமும் நம்முள் இருக்கிறான். எந்த நேரத்திலும் அருள் புரிய வருவான் என்ற விழிப்புணர்வோடே இருந்திடுங்கள். இதுவே இறைவனை அடையும் உண்மையான வழி என்பதையே வள்ளற்பெருமான் தனித்திரு பசித்திரு, விழித்திரு என நமக்கு உபதேசித்தருளியுள்ளார். உலகில் வந்த அருளாளர்கள் அனைவருமே இறைவன் ஒருவனையே வணங்கச் சொல்லி வலியுறுத்தியுள்ளனர். தன்னை அறிந்து தலைவனை அடையவே யோகம், தியானம் என்ற வழிகளை காட்டியுள்ளனர்.

இதைவிடுத்து இறைவனேசற்குரு, மெய்குரு என்பதை அறியாமல் குருவாக வேடம் பூண்டு வருபவர்களின் வசிய வார்த்தைகளால் மயங்கி அவர்கள் கூடாரங்களில் சிக்காதீர்கள். கூட்டங்கள் கூட்டி கும்மாளம் போட்டுத் திரிவதல்ல ஞானம். சரியை, கிரியை வழியில் மெய்யாக நடந்து வந்த பக்தர்கள் யோக, ஞானப்பாதையில் மட்டும் அறிவை தன்னைப் போல்மனிதரான குருவேடம் பூண்டவர்களிடம் அடகு வைத்து விடுகிறார்கள்.அதற்கும் பல்லாயிரக்கணக்கில் பணங்களை கட்டி அவர்கள் கூடாரங்களில் ஆடு மாடுகளைப் போல் அடைபட்டு உபதேசம் பெறுகிறார்கள். இது பக்தர்களின் அறியாமையே.

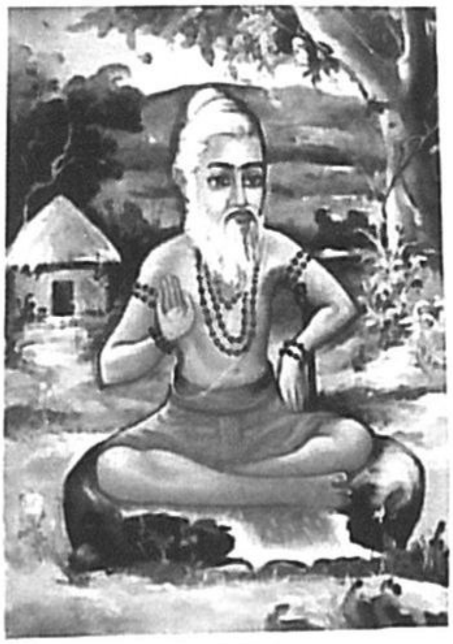
உபதேசம் என்பது நம் அறியாமைகளை நீக்கி அறிவை அறிவித்து உணரும் வண்ணம் உணர்த்துவது. தீட்சை என்பது

தனக்குள் இருக்கும் தீயை தொட்டுக்காட்டி நிலை நிறுத்துவது. சை என்றால் நிலை.அசை என்றால் அலை. மனதைஅலையாமல் நிலை நிறுத்துவதே தீட்சை. இதனை இன்றுலாவும் குருநாதர்கள் செய்கிறார்களா? அவ்வாறு செய்யும் குருநாதர்களை அடியேன் வந்திக்கின்றேன். அதனைச் செய்யாது பணம் ஒன்றையே குறிக்கோளாக வைத்து அப்பாவி பக்தர்களை மூடராக்கிஅடிமைப்படுத்தும் குருநாதர்களை நிந்திக்கின்றேன். நீங்களும் இச்சிறியேனின் எண்ணங்களை சிந்திக்க வேண்டுகின்றேன்.

அக்காலத்தில் இருந்த ஞானிகளையும் சித்தர்களையும்அவர்கள் வாழ்ந்திருந்த முறைகளையும் இக்காலத்தில் மீடியாக்களிலும் போஸ்டர்களிலும் விளம்பரம் செய்து உலாவரும்குருநாதர்களையும் ஒப்பிட்டு கொஞ்சம் சிந்தித்துப் பாருங்கள்.பெருஞ்செல்வந்தரான பட்டிணத்தாரும்ஒரு நாட்டையே ஆண்டு வந்த பத்ரகிரியாரும் அனைத்தையும் துறந்து விட்டு ஊர் ஊராக சென்று பிச்சையெடுத்து வாழ்ந்திருந்தார்கள். இல்லறத்தில் வாழ்ந்திருந்த திருவள்ளுவர் இரும்பை பொன்னாக்கும் சித்தியை அடைந்திருந்தாலும் இறுதிவரை நெசவுத்தொழில் செய்து தன் உழைப்பிலேயே வாழ்ந்திருந்தார். இவ்வாறு தான் அன்றைய சித்தர்கள் இருந்து வந்தனர். ஆனால் இன்றைய குருக்கள் யாராவது A/c கார் இல்லாதிருக்கின்றார்களா?

அப்பாவி பக்தர்களை ஏமாற்றி கோடிக் கணக்கில் கொள்ளையடித்து ஆயிரங்கோடி மதிப்பில் ஆஸ்ரமங்கள் கட்டியுள்ளனர். அவர்கள் வாழும் உல்லாச சொகுசு வாழ்க்கையை நம் நாட்டின் பிரதமர் கூட அனுபவிக்க முடியாது. இவர்கள் செய்யும் ஆடம்பரங்கள் அக்கால அரசர்கள் வாழ்வையே காட்டும். இவ்வாறு ஏமாற்றி வாழும் இப்போலிக்குருக்களின் கால்களில் உண்மையான பக்தர்கள் வீழ்ந்து கிடக்கலாமா. ஸ்ரீராமகிருஷ்ணர், விவேகானந்தர், ஷீரடிசாய்பாபா இதுபோலவா இருந்தார்கள். ஸ்ரீராமகிருஷ்ணர் தன்கையில் ஒரு காசு கூட வைத்துக்கொள்ளாது இறுதிவரை வாழ்ந்து காட்டி இறைவனுடன் சேர்ந்தார். சுவாமி விவேகானந்தர் தன் கையில் ஒரு காசு கூட இல்லாமல் இந்தியா முழுவதும் யாத்திரை செய்தார். ஷீரடிசாய்பாபா தன் சீடர்களுக்களுக்காகவே வாழ்ந்தரே தவிர தனக்காக வாழவில்லை. இன்றைய குருநாதர்கள் இவ்வாறு இருக்கின்றார்களா? சிந்தித்து தெளிவடையுங்கள். உனக்குள்ளேயே யூகமிருக்கையில் ஏன் ஓடித் திரிகிறாய் என்கிறார் கொங்கணவர். அன்று சித்தர்கள் யாவரும்

இம்மாதிரி பொய் குருக்களைப் பற்றி பாடியுள்ள பாடல்களை யாவும் படித்து உணருங்கள். ஆதலால்இதுபோன்று விளம்பரங்கள் செய்து பணம் கறந்து சுகபோகமாய் வாழும் போலி குருவை நம்பி ஏமாந்து வீண்போகாதீர்கள் என்று சித்தர்கள் கூறும் அறிவுரையை கேளுங்கள்.



வால்மீகர்
எட்டிக்குடி

எல்லாம் அறிந்தவர் என்று சொல்லி
இந்த பூமியிலேமுழுஞானியென்றே
உல்லாசமாக வயறு வளர்க்கவே
ஓடித் திரிகிறார் வாலைப் பெண்ணே
பூரணம் நிற்கும் நிலை யறியான்
வெகுபொய் சொல்வான் கோடி மந்திரம் சொல்வான்
காரணகுரு இவனுமல்ல இவன் காரியகுரு
பொருள் பறிப்பான் -

என்று கொங்கணச்சித்தர் வாலைக் கும்மியில் பாடியுள்ளார்.

சித்தர்கள் எவரும் தன்னை வணங்கும்படி கூறியதில்லை. வாலையை குருவாகவும் சிவம் என்ற பரம்பொருளையே இறையாகவும் வணங்கச்சொல்லியே வலியுறுத்துவார்கள். ஆனால் இன்று குருவாக வேடமிட்டு வலம் வருபவர்களோ தன்னையே கடவுள் என்று கூறி தனக்குத்தானே சிலை வைத்து தன்படங்களையே விதவிதமாக வெளியிட்டு உலகோரை வணங்கும்படி வலியுறுத்துகின்றார்கள். பக்தியால் பூசை, பஜனை போன்றவை செய்வதற்கும், கோயில் திருவிழாக்களுக்கும் கூட்டம் வேண்டும்.

தொண்டால் உழவாரப்பணி, அன்னதானம், திருப்பணி போன்றவை செய்வதற்கும் கூட்டம் வேண்டும். ஆனால் வாசியோகம், தியானம்,தவம் போன்றவைகளை செய்வதற்கு தனிமைதானே உகந்தது. இதனை அக்கால ஆசான்கள் குருகுலத்தில் பனிரெண்டு ஆண்டுகள் பயில வைத்து பக்குவம் அடைந்த பிறகே தீட்சை கொடுப்பார்கள். குருவின் உபதேச தீட்சையினால் சீடரின் அஞ்ஞானம் அகன்று மெய்ஞானம் கிடைக்கும். இது குருவிற்கும் சீடருக்கும் இடையில் மட்டும் நடைபெறும் ஞானப்பரிமாற்றம்.

இன்றோ ஒரே நாளில் பல்லாயிரக்கணக்கான யோக, ஞானம் தேடும் பக்தர்களை கூட்டி சற்குரு நேரடி தீட்சை தருகிறார் என பற்பல வகையிலும் விளம்பரப்படுத்துகிறார்கள். அதற்கும் ஆயிரக்கணக்கில் கட்டாயப்படுத்திகட்டணம் வசூலிக்கின்றார்கள். இதற்கு மெத்தப்படித்த சிலமேதைகளும் தங்கள் அறிவை மூலதனமாக்கி இந்த ஏமாற்று வேலைகளுக்கு உடந்தையாக இருக்கின்றார்கள். ஒரே நாளில் பத்தாயிரம் பேர்களுக்கு உபதேசம் செய்து தீட்சை கொடுப்பது சாத்தியமா? ஒரு நிமிட நேரம் குரு தொட்டு ஆசி தந்தால் தன்னை அறிய முடியுமா? ஞானம் கிடைத்துவிடுமா? வாசியோகம் என்பதை ஒரு நிமிடத்தில் உணர்ந்துவிடமுடியுமா? இதனையெல்லாம் சிந்திக்காது ஏன் அடிமையாகிறீர்கள். பணத்தை மட்டுமே குறிக்கோளாகக்கொண்டு படித்தவர்களும் இது போன்ற போலிகுருவின் செயல்களுக்கு பக்கபலமாய் இருந்து யோக, ஞானம் தேடுவோர்க்கு பாதகமாய் இருக்கிறார்கள். இதுபோல் ஒவ்வொரு ஆண்டும் ஒவ்வொரு ஊரிலும் கோடி, கோடியாக கொள்ளையடித்து எதை அடையப்போகிறார்கள்.

இம்மாதிரி வருபவர்களில் எவராவது வள்ளலார் போன்று இறவாநிலை பெறுவார்களா. இவர்களும் செத்துப்போய் இவர்களை நம்புபவர்களையும் சாகாக்கல்வியை அறியவிடாது சாகடிக்கிறார்கள். இந்த மாயையை அகற்றி மெய்ப்பொருளை ஆன்மிக ஆர்வம் உள்ளவர்கள் அறிய வேண்டும் என்ற ஆதங்கத்தில் தான் இதை எழுதுகின்றேன். அதனால் நான் சாகாநிலை அடைந்துவிட்டேனா என கேட்கவேண்டாம். நான் அதற்கான சாகாக்கல்வியை கற்றுக் கொண்டிருக்கிறேன் என்பது மட்டுமே உண்மை. அடைவதும் அடையாததும் என்பாட்டைப் பொருத்தே அமையும் என்பதையும் அதை அருளும் வல்லவன் ஆண்டவன் ஒருவனே என்பதையும் உணர்ந்தவன் என்பதாலும் உண்மையான பக்தர்கள் உண்மைகளை

உணர வேண்டும் என்பதாலுமே இந்நூலை இயற்றுகின்றேன். தவறிருப்பின் இச்சிறியேனை ஆன்மிகப் பெரியோர்கள் மன்னித்தருளும்படி இறைஞ்சுகின்றேன். இனிப்பொய்யை ஒழித்து மன்றில் ஆடும் வள்ளலைச் சேரும் மெய்வாசியை இந்நூலில் தெரிந்து தெளிந்து பலனடையும் பயிற்சியை அறிவோம் வாருங்கள்.

பொய் வேதந் தன்னப் பாராதே – அந்தப்
 போதகர் சொற் புத்தி போத வராதே
மைவிழியாரைச் சாராதே – துன்மார்க்கர்கள்
 கூட்டத்தில் மகிழ்ந்து சேராதே - கடுவெளிச்சித்தர்-

****

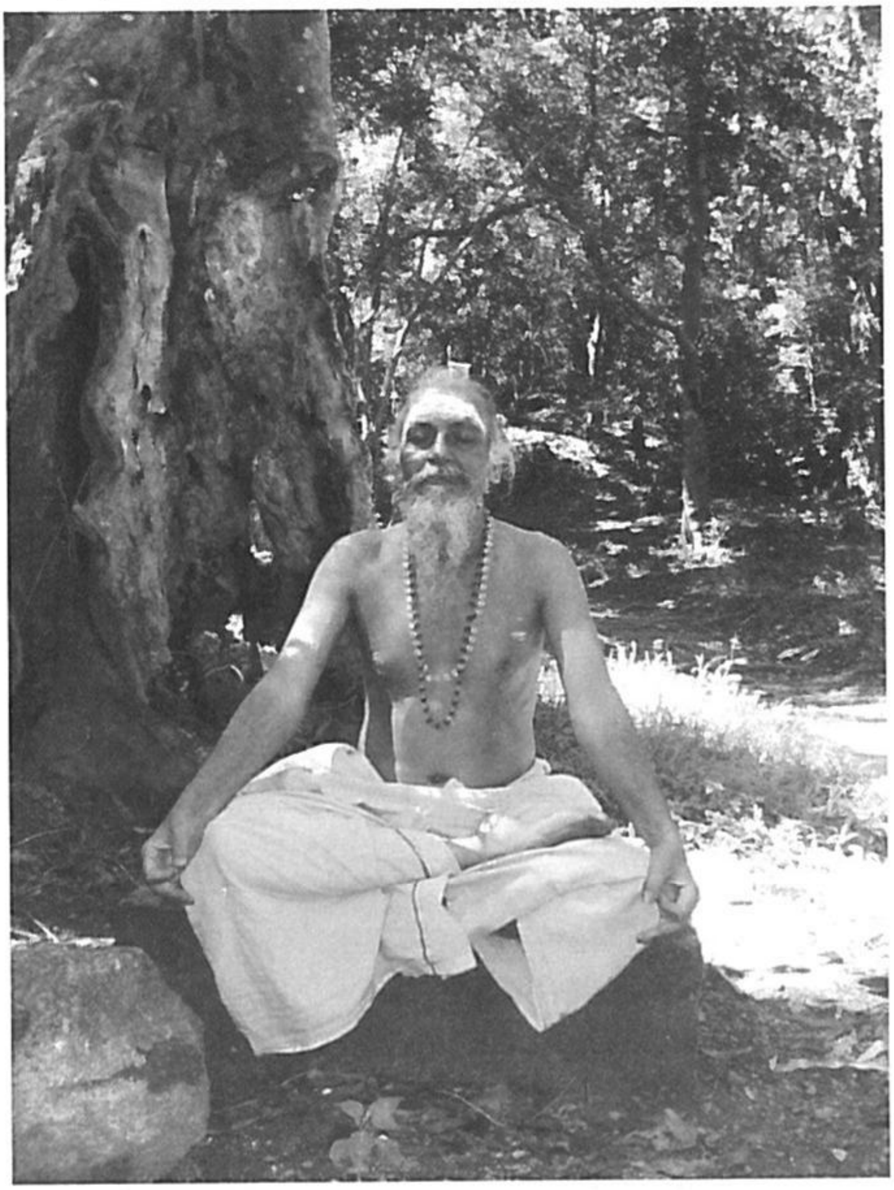


வேதத்திலும் பொருள் மாது வாலாம்பிகை நாதம் - சக்தி
 யோகத்திலுஞ் சிவ ஞான சுகாதீத போதம் - பஞ்ச
பூதத்திலும் மூலகுண்டலி யாதி யனாதி – ஞான
 போதத்திலும் பேரானந்தம் மகாராஜயோகம் - கியான
போதத்திலுஞ் சத்தி பொக்கி' சூத்திரங்காணும் - இந்தப்
 புகைப்பொருள் திறவாதென்ன வாசிக்க வேணும் - இது
காதற்ற ஊசி அறியும் மகத்துகள் - பேதம்
 கைக்காட்டத்தொடுகுறி அண்டப்புளிநாதம்.

-ஞான வெட்டியான் -

வேதத்தில் உட்பொருளாக உள்ளது தாய் வாலாம்பிகையே. அவளே நாதம் எனும் வாசியாகி சத்தி யோகமானாள். அவளாலே சிவ ஞானம் பெற்று அதனால் ஆனந்தமய போதம் கிட்டும். பஞ்ச பூதங்களிலும் மூலமாக குண்டலியே ஆதியும் அனாதியாக உள்ளது. ஞானபோதமாகி பேரானந்தம் அடைய வாசியே மகத்தான ராஜயோகமாகும். தியானத்தினால் அடையும் போதத்திலும் சத்தியே பொக்கி'ப் பொருளாகி சூத்திரப்பாவையாக இருப்பதை கண்டு அறிந்து இந்த நெருப்பும், ஆகாயமும் கலந்து புகையினால் ஆன

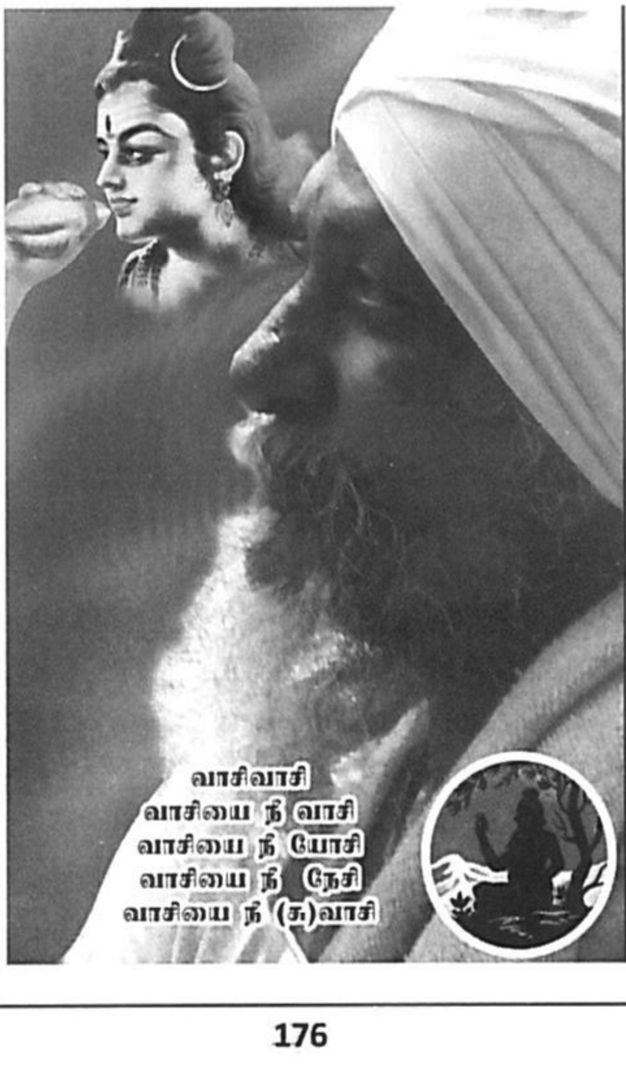
பொருளாக இருப்பது. இதனைத் திறப்பதுவே வாசி என்பதால் அதனைக் கொண்டே வாசியோகம் புரிய வேண்டும். இது காதற்ற ஊசி எனும் மெய் வாசியை உணர்ந்த மகான்கள் பேதமின்றித் தொட்டுக்காட்டும் தொடுகுறியாக உள்ள மெய்ப்பொருள். இதைத்தான் அண்டப்புளி நாதம் என்பர் சித்தர் என்கிறார் திருவள்ளுவர்.



வாசி எனும் இந்த ராஜயோகத்தை அப்பியாசம் செய்ய உபதேசிக்கும் ஆசிரியன் தெளிந்த ஞானியாக இருக்க வேண்டும். அனைத்து சீடர்களையும் சமமாக பாவிக்கத்தக்கவராகவும், சீடர்களுக்கு வரும் ஆபத்துக்களிலிருந்து காத்து ஆதரிக்கத்தக்கவராகவும் இருக்க வேண்டும். மேலும் சின்முத்திரையாகிய மௌனநிலை ஈதென்றும் அதைக் கைவல்யப்படுத்துவதற்குரிய ஆசனம் முதலிய விதிகள் இவையென்றும் போதனை செய்பவராகவும் இருக்க வேண்டும். மேலும்

குண்டலிசக்தி ஈதென்றும் அதை விழிப்பிக்கும் மார்க்கம் இதுவென்றும் உணர்த்துபவராய் இருக்க வேண்டும். இத்தன்மை வாய்ந்த இந்த சிவராஜயோகத்தை சுவானுப சாட்சாத்காரத்தை உணர்ந்த ஆத்ம ஞானாசாரியாய் இருக்க வேண்டும் என்றும் சிவயோக சாரம் கூறும். இந்நிலையாவும் ஒருங்கே வாய்க்கப்பட்டவரே குரு எனக் கூறத்தகும்.

உள்ளங்கை கனிபோல உள்ள பொருளை உண்மையுடன் காட்டவல்லவரே உண்மை குரு என்று பாம்பாட்டி சித்தர் கூறுகிறார். அது போலவே சீடராக இருப்பவர்க்கும் சிவயோகசாரம் கூறுவது உத்தம ஜென்மமாயும், வித்தைக்கு உடையவனாயும், சாந்த சற்குணம் உடையவராயும், பற்றில்லாதவனாயும், காம சங்கற்பம் இல்லாதவனாயும், கோபத்தை வென்றவனாயும், சத்திய தருமத்தை விரும்பினவனாயும்,குரு பணிவிடையில் பிரியமுள்ளவனாயும், மாதா பிதாவை உபசரிப்பவனாயும், தனது உழைப்பில் உண்பவனாயும், நல்லொழுக்க முடையவனாயும், சற்சீடன் என்னும் பக்குவமுடையவனாயுமுள்ள மாணாக்கனே இந்த ராஜயோகத்துக்கு அதிகாரியென்று சொல்லப்படுவான்.



வாசியோகப் பயிற்சி



வாசித்துக் காணொணாதது
  பூசித்துக் கூடொணாதது
வாய் விட்டுப் பேசொணாதது நெஞ்சினாலே
  மாசர்க்குத் தோணொணாதது
நேசர்க்குப் பேறொணாதது
  மாயைக்குச் சூழொணாதது விந்துநாத
ஓசைக்குத் தூரமானது
  மாகத்துக் கீறதானது
லோகத்துக் காதியானது கண்டுநாயேன்
  யோகத்தைச் சேருமாறு மெய்ஞ்
ஞானத்தைப் போதி யாயினி
  யூனத்தைப் போடிடாது மயங்கலாமோ
ஆசைப் பட்டேனல் காவல்செய்
  வேடிச்சிக் காக மாமயல்
ஆகிப்பொற் பாதமே பணி கந்தவேளே
  ஆலித்துச் சேல்கள் பாய் வய
லூரத்திற் காள மோடட
  ராரத்தை பூண மயூரது ரங்கவீரா
நாசிக்குட் ப்ராண வாயுவை
  ரேசித்தெட்டாத யோகிகள்
நாடிற்றுக் காணொணாதென நின்ற நாதா
  நாகத்துச் சாகை போயுயர்
மேகத்தைச் சேர்சிராமலை
  நாதர்க்குச் சாமியே சுரர் தம்பிரானே.

- அருணகிரிநாதர் திருப்புகழ்

நம் உடம்பில் மூலாதாரத்தில் இருக்கும் குண்டலினிசக்தியை எழுப்பி முதுகுத்தண்டின் வழியாக மேலேற்றி உயிரில் சேர்ப்பதுவே வாசியோகம். வாசியோகம் பயிற்சி செய்யும் சாதகர்கள் உடல், உயிர், உள்ளம் என்ற மூன்றையும் முழுமையாக அறிந்து உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும் என்றே இந்நூலில் முடிந்தவரை விரிவாகவும் விளக்கமாகவும் விவரித்துள்ளோம். இந்த வாசியோகம் பயிற்சி செய்வதற்கு எந்திரம், மந்திரம், தந்திரம் மூன்று நுட்பமான உண்மைகளை உணர்ந்து கொள்ளுங்கள். இம்மூன்றையும் அறியாது செய்யும் யோகப் பயிற்சிகள் வாசி ஆகாது.

எந்திரம்

வாசியோகம் பயிற்சி செய்வதற்கு நம் உடம்பே எந்திரம். இந்த உடம்பு யோகம் செய்ய ஏதுவாய் அமைந்திருக்க வேண்டும். தினசரி ஆசனப் பயிற்சிகளும் உடற்பயிற்சிகளும் செய்து உடம்பை குனியவும் நிமிரவும் வளையவும் சிரமம் இல்லாமல் செய்யுமாறு வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இது மலைகளில் ஏறி இறங்குவதாலும் அமையும். அதனால் தான் சித்தர்கள் மலைக்குகைகளில் தங்கி தவம் புரிந்தவாறே தன்னைத்தேடி வரும் சீடர்களுக்கு இந்த யோகத்தை போதனை செய்தார்கள். மலையேறி வரும் உடம்பே இந்த யோகத்தை செய்ய முடியும் என்பதை உணர்ந்தே சித்தர்கள் மலைக் குகைகளில் தங்கியும் மலையிலேயே கோயில் கட்டியும் வாழ்ந்திருந்தார்கள்.என்னே அவர்கள் மனித உடம்பில் காட்டிய கருணை. ஆதலின் வயதான பிறகும் நோய் நொடிகளுக்கு ஆளான பின்பும் டாக்டர்கள் சொல்லி நடைப்பயிற்சி செய்யும் மனிதர்களே! எத்தனை மலைகள் நம் இந்திய தேசத்தில் இருக்கின்றது.எத்தனைஎத்தனைகோயில்கள் இங்கு மலைகளிலேயே அமைத்திருக்கிறார்கள். வாழும் வரையாவது இவ்வுடம்பை நல்ல வண்ணம் வைத்துக்கொள்ள மலைகள் ஏறி இறங்குங்கள். உடல் வன்மையாகும்.

மந்திரம்

ஓம் என்றஅட்சரம் தானுமுண்டு அதற்குள்
ஊமையெழுத்தும் இருக்குதடி
நாம் இந்த எழுத்து அறிந்து கொண்டோம்
வினை நாடிப்பாரடி வாலைப் பெண்ணே!

-கொங்கணச்சித்தர்.

வாசியோகம் செய்ய மந்திரமாக இருப்பது வாலையின் மூன்றெழுத்து அட்சரம். இம்மந்திரமே சரம் எனும் அம்பு போல் பாயக்கூடிய சக்திகள் கொண்டது. இம்மந்திரத்தால் அல்லாது வேறு எந்த வகையாலும் வாசியை எழுப்பவோ, செலுத்தவோ முடியாது. இந்த ஓங்காரமாகிய மூன்றெழுத்தை இந்நூலில் முன்பே விளக்கியுள்ளோம். அஉஇ என்பதே வாலையின் மூன்றெழுத்து மந்திரம். இதில் அஉ என்ற எழுத்துக்களை சித்தர்கள் அகாரம் உகாரம் என்றும் எட்டு இரண்டு என்றும் பரிபாஷையாக எடுத்துரைப்பார்கள். ,இ என்ற எழுத்தை சிகாரம் என்றும் ஊமை எழுத்து என்றும் சொல்வார்கள். அஉ என்பது பேசும் மந்திரம் என்றும் "இ" என்பது பேசா மந்திரம் என்றும் உள்ளது. பேசும் மந்திரமான எட்டிரண்டைக் கொண்டுபேசாத மந்திரமான சிகாரத்தில் சேர்ப்பதுவே வாசியோகம். இதனை சிவவாக்கியர் சித்தர்

ஆஹுஹீ என்றுரைத்த அட்சரத்தில் ஆனந்தம்
யோகி யோகி என்பர் கோடி உற்றறிந்து கண்டிலார்
யூகமாய் மனக்குரங்கு பொங்கு மங்கு எங்குமாய்
ஏகம் ஏகமாகவே இருப்பர் கோடி கோடியே

என்று பாடுகிறார்.

அஉஇ என்பதே அட்சரம். இதனை யோகிகள் அறிந்து கொண்டு தனக்குள்ளேயே ஆராய்ந்து உணர்ந்து கொள்ளுங்கள். பிறகு அதைக் கொண்டு யூகமாய் மனகுரங்கு போல் பொங்கி அங்கும் இங்கும் ஓடுவதை அடக்கி மனத்தை ஒன்றில் ஒன்றி நிற்கும் தியானத்தில் இருக்கும் கோடி கோடி யோகிகளில் நீங்களும் ஒருவராகி வாழுங்கள் என்கிறார் சிவவாக்கியர். ஆதலால் எட்டிரண்டு ஆகிய இம்மந்திரத்தைக் கொண்டு வாசியை ஏற்றி இறக்கி ஓரெழுத்து மந்திரத்தில் ஒன்றி நிற்பதுவே வாசியோகம் என்பதை அறிந்து யோக சாதனையை தொடருங்கள்.

தந்திரம்

தன்னையறிந்து இன்பமுற வெண்ணிலாவே ஒரு
தந்திரம் நீ சொல்ல வேண்டும் வெண்ணிலாவே

- வள்ளலார்.

எட்டிரண்டு எனும் மந்திரத்தை எவ்வாறு உச்சரிப்பது என்பதே வாசியோகத்தின் தந்திரம் ஆகும். இம்மந்திரம் மூக்கினால் உச்சரிக்க

முடியுமா அல்லது வாயினால் உச்சரித்து வாசியை அறிய முடியுமா என்றால் நிச்சயம் முடியாது. அவ்வாறு செய்வதினால் ஆகுமென்றால் பலகாலங்களாக வேத மந்திரங்களை வாயினால் கோடி கோடியாக உச்சரிக்கும் அந்தணர்கள் இதை அறிந்திருப்பார்களே! மந்திரங்கள் யாவிலும் இந்த மூன்றெழுத்து உச்சரிப்பாகத் தானே உள்ளது. பின் ஏன் அவர்களால் வாசியை அறியமுடிவதில்லை. வாயால் கத்துவதை வரட்டுத் தவளை போல் என்பர் சித்தர். சிவவாக்கியரோ **"சாத்திரங்கள் ஓதுகின்ற சட்டநாதபட்டரே வேர்த்து இரைப்பு வந்த போது வேதம் வந்து உதவுமோ"** எனப் பாடுகிறார். இந்த தந்திரத்தை அறிந்திருந்தால் மந்திரங்களும் சித்தியாகும்.

அதுபோல் காலம் முழுதும் பிராணாயாமம் என்று மூக்கினால் செய்து வந்தாலும் வாசியை அறியமுடியாது. மூக்கினால் உள்புகும் சுவாசம் அடிவயிறு வரைதான் செல்லுமேயன்றி அதற்கப்பால் இருக்கும் மூலாதரத்தை நெருங்க முடியாது. எண்ணாயிரம் ஆண்டு யோகமிருப்பினும் கண்ணார் அமுதனை காண்பது அரிது என இதைத்தான் திருமூலரும் உணர்த்துவார். அதனால் பிராணாயாமப் பயிற்சியை செய்வது தவறா என்றால் இல்லை. அது தவறாயிருந்தால் சித்தர்கள் பிராணாயாமம் செய்ய போதித்து இருப்பார்களா! ஆகவே பிராணாயாமம் பயிலும் சாதகர்கள் அது எங்கே யாரிடம் எப்படி பயிற்சி செய்ய கற்றிருந்தாலும் இந்நூல் சொல்லும் எந்திர, மந்திர, தந்திர இரகசியங்களை நன்கு ஆராய்ந்து அறிந்து கொண்டு சாதனைகளைத் தொடருங்கள். அதுவே வாசியாக மலரும்.

வாயிலும் மூக்கிலும் சொல்லாது பின் எவ்வாறு மந்திரம் சொல்லி இந்த தந்திரத்தை அறிவது. அதற்கு சித்தர்களிலிருந்து ஆழ்வார்கள், நாயன்மார்கள் என அனைவரும் வழி சொல்வார்கள். காதலாகி கசிந்து கண்ணீர் மல்கி எனப்பாடுவார் ஞானசம்பந்தர். அழுதால் உன்னை பெறலாமே என்பார் மாணிக்கவாசகர். காரொளி வண்ணனே கண்ணனே கதறுகின்றேன் என்பார் தொண்டரடிப்பொடி ஆழ்வார். ஊற்றெழும் கண்ணீர் அதனால் உடம்பு நனைந்து நனைந்து என்பார் வள்ளலார். இறைவனையே எண்ணி ஊண் உருக உயிர் உருக கதறி அழும் நிலையில் இந்த தந்திரத்தை உணர்ந்து கொள்ளலாம். அழுதுஅழுது ஒப்பாரிப் பாடியே உணர்த்துவார் அழுகணி சித்தர்.

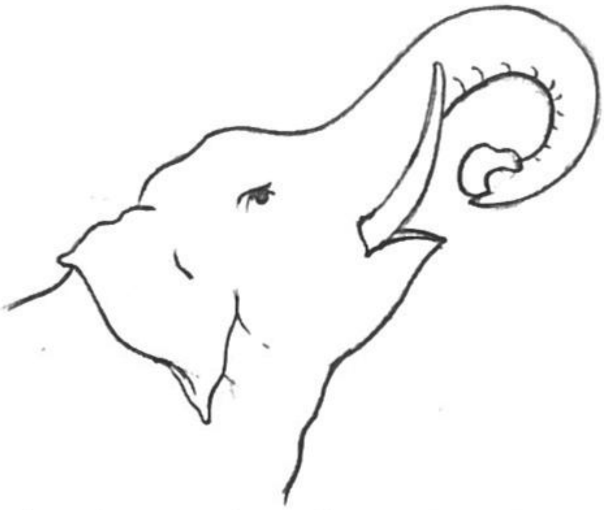
கண்ணுக்கு மூக்கடியோ காதோர மத்திமத்தில்
உண்ணாக்கு மேலேறி உன்புதுமை மெத்தவுண்டு
உண்ணாக்கு மேலேறிஉன்புதுமை கண்டவர்க்கு
கண்ணுக்கு மூக்கடியோ என் கண்ணம்மா
– காரணங்கள் மெத்தஉண்டே

கண்ணுக்கு கண்ணாகவும் மூக்குக்கு மூக்காவும் காதுக்கு காதாகவும் பேச்சுக்கு பேச்சாகவும் உள்ளதுவே பிரம்மம் என்று வேதம் கூறும். அதுவே திருவடி என்றும் புருவ மத்தி எனவும் சொல்வர். அந்த மெய்ப்பொருளில் உள்ள ஆத்மாவை அழுகாணிச் சித்தர் கண்ணுக்குமூக்கு அடி என்றும் காதுக்கு மத்தி என்றும் கூறுகிறார். அங்கே வாசியை செலுத்துவதற்கு உண்ணாக்கு வழியே மேலேறினால் அங்கே உன்னால் அமைக்கப்பட்ட புதுமைகள் பல உண்டு என்பதை என் அனுபவத்தால் அறிந்து கொண்டேன். உண்ணாக்கு மேலேறி உன் படைப்புகளை கண்டவர்க்கே கண்ணுக்கு மூக்கு திருவடி என்பதை அறிவார்கள். அதிலேதான் காரணமாகிய குருவாக இறைவன் வீற்றிருக்கின்றான் என்பதே அழுகாணிச்சித்தர் கூற்று.

நம் வாயினுள் இருக்கும் உண்ணாக்கு வழியாக காற்றை ஏற்றி இறக்கி நிறுத்துவதுதான் வாசியோகம். உண்ணாமுலையைப் பிடித்தால் அண்ணாமலையை பார்க்கலாம் என்று வழக்கத்தில் சொல்வதை அறிவீர்களல்லவா. உண்ணாக்கே உண்ணாமலை. அண்ணாக்கே அண்ணாமலை. உண்ணாக்கு வழியாக எட்டிரண்டு மந்திரத்தைஇயக்கி வாசியையும், தனஞ்செயனையும் சேர்த்து மேலேற்றி பிரம்மத்தில் அடங்குவதே வாசியோகம். நம் உடம்பு ஒன்பது வாசல்கள் கொண்ட கூடு. இதில் பத்தாம் வாசலாக உள்ளதே வாலை.வாயில் ஒரு வாசலாய் உணவுக்குழல் பாதையே உள்ளது. பின் எவ்வாறு உண்ணாக்கு வழியாக வாசல் ஏதுமின்றி வாசி மேலேறும் என சிந்தியுங்கள்.

வேழமுண்ட விளாகனி யதுபோல
மேனிகொண்டு வியாபக மயலூறி
நாளு மிண்டர்கள் போல் மிக அயர்வாகி
நாணு நைந்து விடாதருள் புரிவாயே
மாள அன்ற மணீசர்கள் கழுவேற
வாதில் வென்ற சிகாமணி மயில்வீரா

காளகண்டனு மாபதி தருபாலா
காசி கங்கையில் மேவிய பெருமானே. - திருப்புகழ்.



யானை விளாம்பழத்தை விரும்பி உண்ணும். எவ்வாறு விளாம்பழம் முழுமையாக விழுங்கியதோ அவ்வாறே விளாம்பழம் ஓட்டோடு அது செரிமானம் ஆகி சாணத்தில் வெளிவரும். அதை உடைத்தோ ஓட்டையிட்டோ விழுங்காது. ஆனால் சாணத்தில் நாம் கொடுத்த விளாம்பழம் அவ்வாறே முழுமையாக வெளிவரும். அதை எடுத்து உடைத்து பார்த்தால் ஒன்றுமே இருக்காது. இது எப்படி நடந்தது எனில் விழுங்கும் முன் அப்பழத்தைதொண்டையில் வைத்து காற்றை வாசியாக ஒரே இழுப்பில் உள்ளிழுக்கும் போது அப்பழத்தில் உள் இருந்த சரக்குகள் யாவும் அப்படியே காற்றாக்கி விழுங்கும். பின் விளாம்பழ ஓடு மட்டும் அப்படியே வெளிவரும். நாம் அறிந்தோ அறியாமலோ ஒரு புளியங்கொட்டையை முழுங்கிவிட்டால் அது மறுநாள் மலத்தில் முழுயைாக வருவது போலவே யானைக்கும் இவ்விளாம்பழ ஓடு வெளிப்படும். ஆனால் உள்ளே எதுவும் இருக்காது. இதுதான் யானை விளாங்கனி உண்ணும் முறை.

அதுபோலவேதான் வாசியை உண்ணாக்கில் வைத்து ஊதுகின்ற தந்திரத்துடன் ஊதினால் அது உட்புகுந்து மேலேறுகிறது என்ற உண்மையை உணருங்கள். ஆகவே வாசியோகத்திற்குரிய மந்திர, தந்திர, எந்திர விதிகளை நன்குணர்ந்து தனிமையில் இச்சாதனை செய்து தியானியுங்கள். உங்கள் யோக பலமும், தியான பலமும், கூடி ஆத்மபலமாகிய ஆண்டவனைக் காட்டும். இதுவரையில் சித்தர்களின் இரகசியக்கலையாக இருந்து வந்த இச்சாகாக்கல்வி கலியுகத்தின் கடைசி கால கட்டத்தில் சாதகர்கள் மெய்ப்பயிற்சி செய்து உய்யும் வண்ணம் சித்தர்களின் கருணையால் வெளிவருகின்றது. கண்டு,

உற்று, ஆராய்ந்து அறிவால் அறிந்து உண்மைகளை உணர்ந்து பாடுபடுங்கள்.

வெட்டாத சக்கரம் பேசாத மந்திரம் வேறு ஒருவர்க்கு
எட்டாத புட்பம் இறையாத தீர்த்தம் இனிமுடிந்து
கட்டாத விங்கம் கருதாத நெஞ்சம் கருத்தினுள்ளே
முட்டாத பூசையன்றோ குருநாதன் மொழிந்ததுவே.

- பட்டிணத்தார்.

ஊதுகின்ற ஊத்தறிந்து ஊதுபவன் எவனோ அவனே சித்தன். பொற்கொல்லர்கள் உலையில் பொன்னை வைத்து ஒரு ஊது குழல் கொண்டு ஊதி ஊதி பொன்னை உருக்கி தம் எண்ணம் போல் தங்க நகைகள் செய்வார்கள். அக்காலசமையல் செய்யும் போது அடுப்பு அணையுமானால்பெண்கள் ஒரு ஊது குழல் மூலம் ஊதி ஊதி தீயை பெரிதாக்கி உணவை சமைப்பார்கள். அதுபோலவே ஊதுகின்ற ஊத்தான உண்ணாக்கினால் எட்டிரண்டு மந்திரத்தால் ஊதி ஊதி வாசியை கிளப்பி மூலாதரத்தில் உள்ள குண்டலினி சக்தியை எழுப்புங்கள். பிராணாவாயுவையும் தனஞ்செயன் வாயுவையும் ஒன்றாக்கி உகாரத்தால் ஊதி மேலே ஏற்றுங்கள். அது முதுகுத்தண்டின் வழியாக மேலேறி கபாலத்தில் எமனாக உள்ள கோழையை இறக்குவதை அறியலாம். கனலும் அனலும் சேர்ந்து தீயாக மாறிய வாசியினால் முட்டி மெய்ப்பொருளில் அடையுங்கள். இப்பழக்கத்தை இடைவிடாது தொடர்ந்து செய்வதுதான் வாசியோகம்.

இதனைத்தான் அருணகிரிநாதர் திருப்புகழில்

திக்குப்பரி அட்டப் பைரவர்
தொக்குத் தொகு தொக்குத் தொகு தொகு
சித்ரப்பவுரிக்குத் திரிகட எனவோத
கொத்தப்பறை கொட்டக்களமிசை
குக்குக் குகு குக்குக் குகு குகு
குத்திப்புதை புக்குப் பிடியென முதுகூகை என்றே பாடி

வாசியோகத்தை உணர்த்துகிறார் என்பதை ஆராய்ந்து அறியுங்கள்.அட்டபயிரவர் என்று சொன்னது அகாரத்தை.அகாரத்தினால் தொக்கி கொத்தப்பரை எனும் குண்டலினி சக்தியை எழுப்பி உகாரத்தினால் மேலேற்றி மெய்ப்பொருளில்

குத்திப் புதைத்து கும்பித்து பிடியுங்கள் என்றும் இளமையோடு இருக்கலாம் என்பதே இப்பாடல் உணர்த்தும் உண்மை.

உருத்தரித்த நாடியில் ஒடுங்குகின்ற வாயுவை
கருத்தினால் இருத்தியே கபாலமேற்ற வல்லிரேல்
விருத்தரும் பாலராவர் மேனியும் சிவந்திடும்
அருட்தரித்த நாதர்பாதம் அம்மைபாதம்உண்மையே

உயிர் உருத்தரித்த நாடியில் இருந்த பிராணன் எனும் காற்றிலிருந்து உடம்பு வளர்ந்தது. அப்பிராணனிலிருந்து தனஞ்செயன் என்ற காற்று பிரிந்து உடம்பில் மூலாதாரத்தில் ஒடுங்கியது. அக்காற்றை கருத்தோடிருந்து வாசியோகத்தால் இருத்தி எழுப்பி தலையில் ஏற்றி உயிரில் சேர்க்க வல்லவரான யோகி கிழவராக இருந்தாலும் இளமையோடே இருப்பர். அவர்கள் உடம்பு இதனால் சிவந்திடும். இது இறையருளால் என்னுள்ளே தரித்து நிற்கும் சிவ சக்தி திருவடி என்பதே உண்மையாகும் என்கிறார் சிவவாக்கியர். இந்நிலை வாசியை அறிந்த உடனே கிடைத்துவிடாது. இவ்வாசிப்பயிற்சியை பொறுமையுடன் நம்பிக்கையுடன் முறையாக பழகிவர வாசிலயமாகும். தியானம்கை கூடி நீடித்த பயன் கிடைக்கும். எண்ணிய எண்ணங்கள் யாவும் இறையருளால் நிறைவேறும்.

வாசியை லயமாக்கவும் கைவல்யப்படுத்தவும் சித்தர்கள் இரண்டு வருடகாலங்கள் இப்பயிற்சியை இடைவிடாது செய்ய வேண்டும் என்று கூறுகிறார்கள். அதற்கு அவர்கள் வாசியோக பயிற்சிகளை ஐந்து நிலைகளாக போதிக்கின்றனர். அவைகள் குயில்கூத்து, மயில்கூத்து, ஞமலிக்கூத்து, மலைக்கூத்து, சர்ப்பக்கூத்து எனப்பெயர் பெறும். இவைகள் யாவையும் அறிந்து முறையாக பயின்று வந்தால் வாலையின் கிருபையினால்வாசி லயமாகி அவ்வாசியேகுருவாகி மெய்வழி காட்டும். வாசியை தவிர வேறு எவராலும் இறைவனைக் காட்டி வைத்து இறவாநிலை தரமுடியாது. எவ்வாறு இருப்பினும் உடம்பையும் உயிரையும் பாதுகாத்து நோய் நொடிக்கு ஆளாக்காது வைக்கும் வாசியினால் வரும் பலன்களை அடையுங்கள். அதனால் புண்ணியங்கள் உங்கள் பிறவியில் சேருமேயன்றி குறையாது. இதற்குகாலம் வந்தால் பார்த்துக் கொள்ளலாம் என அலட்சியப்படுத்தி இப்பிறவியையும் வீணாக்கிவிடாதீர்கள். இளமையிலேயே இதைக் கைக்கொண்டு புண்ணியக் கணக்கைபெருக்கி பலன் பெறுங்கள்.

இதைவிடுத்து எல்லாக்கர்மாக்களையும் முடித்து விட்டு இதைத் தேடலாம் என எண்ணினால் உங்களுக்கு வயதாகிவிடும். அதன்பின் வாசியோகம் செய்ய உங்கள் உடம்பு ஒத்துழைக்காது. ஆதலால் வாசியோகத்தைகாலத்தே அறிந்து பயிர் செய்யுங்கள். இந்த வாசியோகத்தை இல்லறவாசிகள் பயிலக்கூடாது என்றும் துறவிகளே செய்யதகுந்தவர்கள் என்று கூறுவோர் வாசியை அறியா தோசிகள். தன்னைஅறிவதற்குஇல்லறம் தடையல்ல. இல்லறத்தில் இருந்து கொண்டே இவ்வாசியினால் இறவாநிலையை அடைந்து நமக்கும் வழிகாட்டுபவர்கள் சித்தர்களே.

பயிற்சியின் அனுட்டானங்கள்

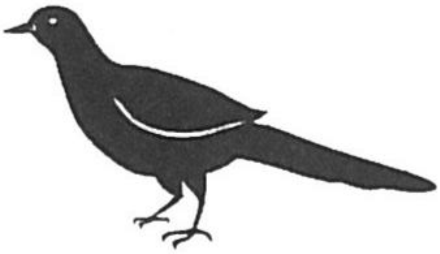
வாசியோகப்பயிற்சியும் தியானமும் அதிகாலையில் எழுந்து செய்வதுவே உத்தமம். காலைக்கடன்களை முடித்து தந்தசுத்தி, நேத்ரசுத்தி, கபசுத்தி போன்றவைகளை செய்தபின் நீராடவும். இச்சுத்திகளை தச தீட்சை நூலில் விளக்கமாக தெரிவித்துள்ளோம். நீராடியபின் பூஜை அறையிலோ அல்லது தனி இடத்திலோ தரையில் ஏதேனும் விரிப்பைபோட்டு ஆசனத்தில் அமருங்கள்.பின் இறைத்துதிப் பாடல்களை மெய் பக்தியுடன் மெய்யுருகிப் பாடுங்கள். இந்நிலையில் இறைக்காதலாகி கண்ணீர் சிந்தி அழுங்கள். இதற்கு திருவாசகம் மிகவும் நன்று.

<u>வாலை பூஜை</u>



தரைவிரிப்பில் பத்மாசனம் அல்லது சித்தாசனத்தில் தலை கழுத்துமுதுத்தண்டுவளையாமல் நேராக நிமிர்ந்து அமருங்கள். அதன்பின் ஒன்பது வாசல்களை அடைத்து கண்டத்திலிருந்து இம் என்ற மந்திரத்தை சப்தமாக மூலாதாரம் வரை தொனித்து இறக்குங்கள். இதுபோல் தொடர்ந்து 21 முறை இம் என்ற மந்திரத்தை கண்டத்தில் தொனித்து இறக்குங்கள். இதுவே வாலை பூசை. இது முடிந்து நாடி சுத்தி 10 முறையும் பிராணாயாமம் பத்து முறையும் செய்யுங்கள். இதனை இயமநியமமாக கண்ணுங் கருத்துமாய் செய்து வாருங்கள்.

குயில்கூத்து



இதுவே வாசியோகத்தின் முதல் பயிற்சி. முன் சொன்ன இயம நியமங்களை ஒழுங்கு முறையாக முடித்தபின் வாசியோகப்பயிற்சியைத் தொடங்குங்கள். இதற்கு ஆசனம் வஜ்ராசனம். கோவிலிலும் பெரியோர் காலிலும் விழுந்து வணங்குவதைப் போல் குனிந்து நிமிர்ந்துதொடர்ந்து செய்வதுவே வஜ்ராசனத்தில் செய்யும் யோகப்பயிற்சி. இதனை உணர்த்துவதற்கே நமஸ்காரம் என்பது. இஸ்லாத்தில் தொழுகையின் போது நமாஸ் செய்வதுவே இப்பயிற்சியின் நுட்பம். அவர்களும் இப்பயிற்சியில் குனியும் போது ,,அல்லா என்றும் நிமிரும் போது ,,ஹு என்பதை வாயால் சொல்லியே இவ்வணக்கத்தைச் செய்வார்கள். அல்லா ஹு என்பதே அஉ என்ற எட்டிரண்டு மந்திரமே. அவர்கள் இந்த வாசியின் தந்திர இரகசியத்தை அறியாததால் இது வெறும் தொழுகையாக மட்டும் செய்யப்படுகிறது. ஆனால் நபிகள் நாயகமோ இக்கலையை சித்தர்களிடம்பெற்று அல்லாஹு என்ற மந்திரத்தால் உண்ணாக்கில் ஊதி தான் அடைந்த இறை இன்பத்தை அனைவரும் அடையவேண்டியே இத்தொழுகையை இஸ்லாத்தின் கடமையாக அமைத்தார். எவ்வாறே ஆயினும் வாசியை தனக்குள்ளே உணர்ந்து

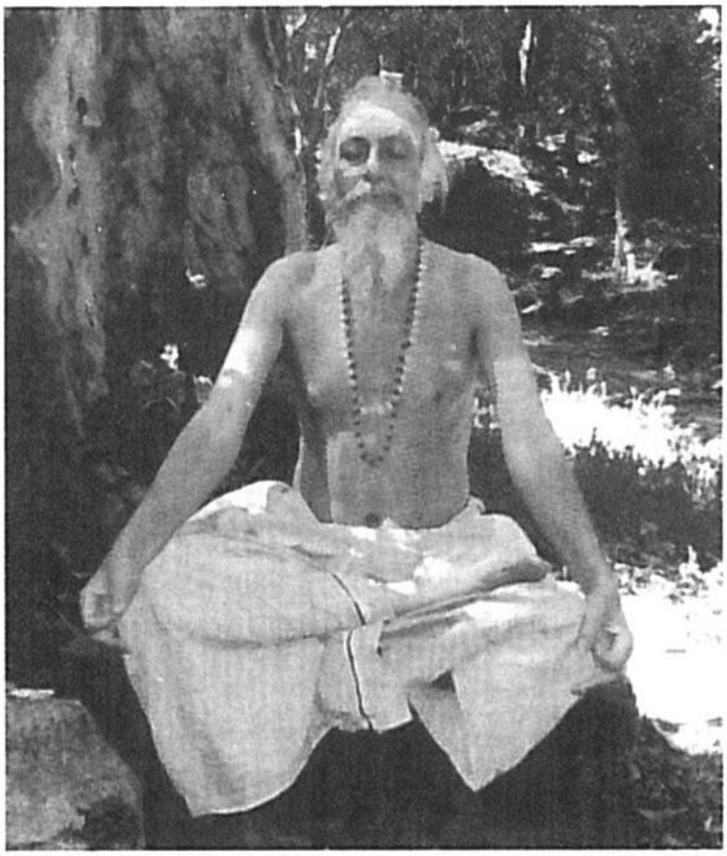
இறைவனைஅறிய வேண்டும் என்ற நன்னோக்கம் கொண்டே இவ்வழி வகுத்தார். இதனை



அறிந்து மெய்ப்பாடுபட்டு மெய்ப் பொருளையும் அறிந்து சும்மா இருந்து சுகம் காண்பவர்களே சூபி எனப்பட்டனர். இவ்வாசியை அறிந்து லாஹுத்து, மாஹுத்து, மலஹுத்து, ஜெபஹுத்து, பர்ஹுத்து என ஐந்து வணங்கங்களையும் முறையாகப் பயின்றவரே கலிமா எனப்படுவர். இந்த வாசியையே அவர்கள் வாழ்வாக வந்தாலும் எந்திரமும் மந்திரமும் உண்மையென்றாலும் தந்திரம் அறியாத காரணத்தால் வாசியை அறிய முடியாது போகிறது.

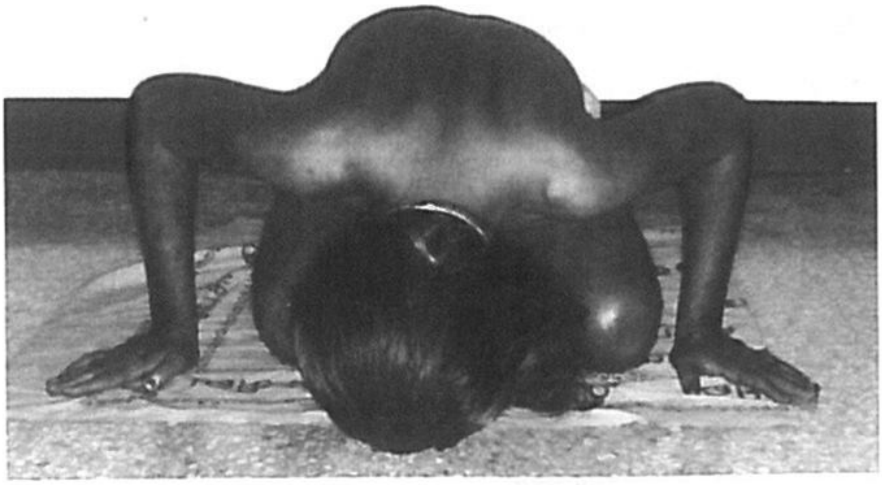
ஆகையால் சாதகர்கள் இவ்வுண்மையை உணர்ந்து கொண்டு ஊதுகின்ற தந்திரத்தோடு ஊதுங்கள். வஜ்ராசனத்தில் அமர்ந்திருக்கும் போது இடது பாதத்தின் மீது வலதுபாதம் பொருத்தி உடலை நேராக நிமிர்த்தி இருக்க வேண்டும். ஆசனத்தில் இருந்த வண்ணமே தலையை தரையில் படும் வண்ணம் குனியும் போது அகாரத்தைச் சொல்லி மூலாதாரத்தில் காற்றை அழுத்த வேண்டும். உடனே நிமிரும் போது உகாரத்தைச் சொல்லி உண்ணாக்கில் வைத்து ஊத வேண்டும். இதுபோல் குனிந்து நிமிர்ந்து மந்திரத்தை உச்சரித்தவாறே இடைவிடாது தொடர்ச்சியாக சோர்வடையாமல் 45 நிமிட நேரம் பயிற்சி செய்ய வேண்டும். இதுவே வாசி பயிற்சியில் முதலாவதாக இருக்கும் குயில் கூத்து. இதனை இயற்கையிலேயே குயிலானதுகூவிக்கூவி உணர்த்துவதால் இது குயில்கூத்து எனப்பட்டது. இதனை இரண்டு வருட காலம் இடைவிடாது

அப்பியாசித்து வந்தால் வாலையின் அருள் கிட்டும். இப்பயிற்சியை செய்யும் நேரத்தில் மண்டைசளி,நெஞ்சுசளி, தொண்டை சளி என யாவும் வெளியேறிக் கொண்டே இருக்கும். அதனை விழுங்காது வெளியே துப்பிவிடவேண்டும்.எக்காரணம் கொண்டும் பயிற்சியிலிருந்து பயிற்சி முடியும் வரை எழுந்து விடக்கூடாது. இவ்வாறு 45 நிமிடநேரம் வாசிப்பயிற்சி முடித்த பின் பயிற்சி செய்த விரிப்பிலேயே பத்மாசனத்தில் அமர்ந்து 45 நிமிடநேரம் தியானம் செய்ய வேண்டும். ஒரு நாளைக்கு ஒரு முகூர்த்த நேரம் இவ்வாறு வாசிப்பயிற்சியை முடித்து தியானம் செய்வதுவே உத்தமம்.



மயில் கூத்து





ஊத்தைச்சடலமடி உப்பிருந்த பாண்டமடி
மாற்றிப் பிறப்பதற்கு மருத்தெனக்கு கிட்டு தில்லை
மாற்றிப் பிறப்பதற்கு மருத்தெனக்கு கிட்டுமென்றால்
ஊத்தைச் சடலம் விட்டே என் கண்ணம்மா
உன் பாதம் சேரேனோ.

அழுகணி சித்தர்.

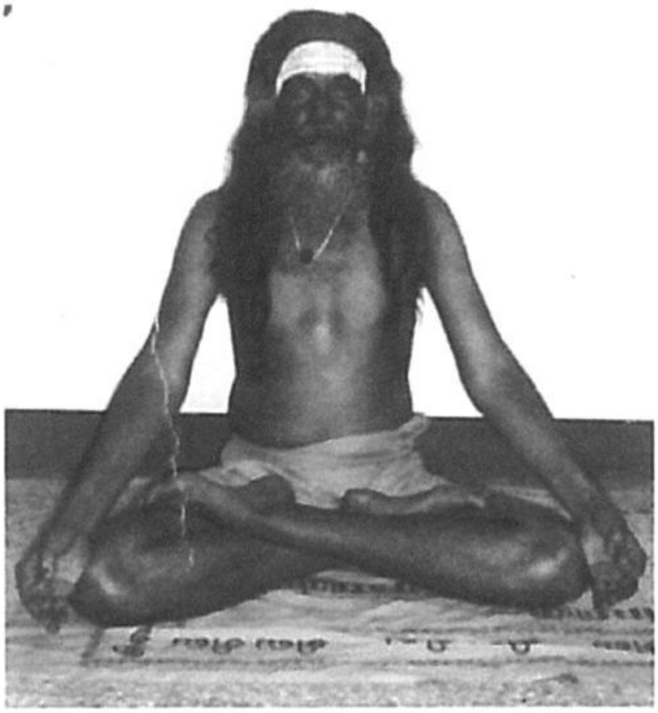
மந்திரத்தை மாற்றிப் போட்டு வாசியை மேலேற்றும் பயிற்சிக்குமயில் கூத்து எனப்பெயர். வஜ்ராசனத்திலிருந்து குனியும் போது உகாரத்தை சொல்லி மூலாதாரத்தில் செலுத்தி உடன் நிமிரும்போது அகாரத்தை சொல்லி மேலேற்றுவதே மயில் கூத்துஆகும். இது சற்று கடினமாயிருந்தாலும் தொடர்ந்து பயிற்சிசெய்ய இலகுவாகி அகாரம் கற்பமாக மாறும். இதனை இரண்டுவருட காலம் இடைவிடாதுஅப்பியாசித்து வந்தால் சிவ தரிசனம் கிட்டி சிவனருள் பெறுவர். இப்பயிற்சியை குயில் கூத்து 10 நிமிடநேரம் செய்து விட்டு அப்படியே மாற்றிப்போட்டு மயில் கூத்தை 35 நிமிடம் செய்த பின்பு 45 நிமிடநேரம்தியானம் செய்ய வேண்டும். இவைகளை எந்த நேரத்திலும் உணவு அருந்துவதற்கு முன்பும் உணவு உண்டு 45 நிமிடநேரம் கழிந்த பின்பும் செய்யலாம். எவ்வாறாவது தினசரி மறவாமல் இப்பயிற்சிகளை செய்பவர்க்கே வாசிலயமாகும். இக்கூத்தை இயற்கையிலேயே மயிலின் கூகையிலேயே இறைவன் காட்டியுள்ளான். மயிலின் சத்தம் முருகா என்று சொல்வதாகவே இருக்கும். அது அகாரத்தையே நமக்கு உணர்த்துவதை உன்னிப்பாக கவனித்து கேட்டுப்பாருங்கள். இந்த மயில் கூத்தின் மகிமைகளை அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

இவ்வாறு செய்யும் மயில்கூத்து குயில்கூத்து பயிற்சிகளால் ஆறு ஆதாரங்களும் சுத்தியாகும். உள் உறுப்புகள் யாவும் திறம்பட இயங்கும். உடலில் சுறுசுறுப்பும்,தைரியமும் நிறைந்திருக்கும். உடம்பும், உயிரும் வலுப்பெறும். உண்மைகளை உணர்ந்து உண்மையுடன் உழைத்திருங்கள். குயில்கூத்தில் உகார கற்பமும் மயில்கூத்தில் அகார கற்பமும் உள்ளுக்குள்ளேயே முடியும்.

ஞமலி கூத்து



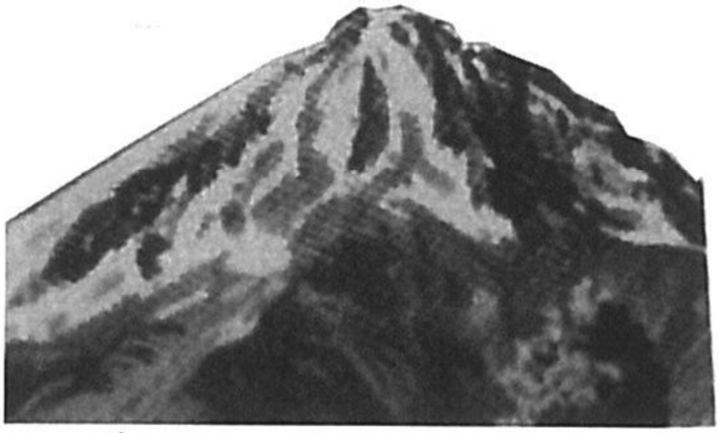
மேற்கூறிய இரண்டு பயிற்சிகளையும் முடித்தபின் பத்மாசனத்தில் அமர்ந்து செய்ய வேண்டிய மூன்றாவது பயிற்சி ஞமலி கூத்து எனப்பெயராகும். ஞமலி என்பது நாய். இயற்கையிலேயே நாய் காட்டித்தரும் பயிற்சியே இதுவாகும். குணங்குடியாருக்கு நாய்தான் வாசியை காட்டிக்கொடுத்தது. அடியார்கள் யாவரும் இறைவனிடம் வேண்டும்போதுதன்னை ,நாயேன் என்று உவமானப்படுத்தியே பாடுகின்றனர். இப்பயிற்சி ஆசனத்தில் அமர்ந்த நிலையில் ஆற்றுவது. இப்பயிற்சியினால் சுழுமுனை திறக்கப்பட்டு வாசி முதுகுத்தண்டின் வழியாக மேலேறுவதை சாதகர்கள் அறிந்து கொள்ளலாம். இப்பயிற்சியினால் எல்லா வினைகளும் நோய்களும் பொசுங்கிப் போகும்.



ஆசனத்தில் அமர்ந்த வண்ணம் நாய் ஓடி வந்து நிற்கும் போது தன் வாயைத் திறந்த வண்ணம் காற்றை உள்ளும் புறமும் வேகமாக இழுத்து இரைத்துக் கொண்டே நிற்பதைப் பார்த்திருப்பீர்கள். அதுபோலவே உடம்பு அசையா வண்ணம் காற்றை மட்டும்கண்டத்தில் வைத்து கதிகொடுத்துக் கொண்டே இருக்க வேண்டும். அதற்கு மந்திரங்களை நீங்கள் எதுவும் சொல்லி வாசியை இயக்க வேண்டாம். ஏனெனில் குயில்கூத்தாலும் மயில்கூத்தாலும் உகாரமும் அகாரமும் சித்தியாகி நாம் விடும் மூச்சே எட்டிண்டாக மாறி நடப்பதால் ஞமலி கூத்தில் மந்திரம் சொல்ல வேண்டியதில்லை. இதுவே சிவகதியாக தானாக நடந்திடும். ஆதலால் இந்த கதியை மட்டும் எவ்வளவு முடியுமோ அவ்வளவு கொடுத்து வாசியை அகாரத்தால் மூலாதாரத்தில் செலுத்துங்கள். வாசி கீழிறங்கியதும் குதத்தை இறுக்கி மூடினால் ஒன்பது வாசலும் தானே அடைப்படும். உடனே இம் என்ற ஒரெழுத்தால் உண்ணாக்கில் வைத்து வாசியை மேலேற்றுங்கள். இப்போது வாசி முதுகுத்தண்டின் வழியாக மேலேறுவதை உணர்வீர்கள். இது போல் இப்பயிற்சியை மட்டும் சித்தர் நெறியில் இருப்போரிடம் அறிந்து கொண்டு அதற்கு வெவ்வேறு பெயர்களை சூட்டி அதற்கும் கட்டணம் விதித்து இதை யோக, ஞானம் என்று பல குருக்களும் கற்றுத் தருகிறார்கள். மந்திர தந்திரம் சொல்லாமல் சொல்லிக் கொடுக்கும் கலை எப்படி சித்தியாகும். உள்ளொன்று வைத்து புறமொன்று பேசி உண்மையை

மறைத்து உபதேசம் தந்து பணம் கரப்பது எப்படி உண்மையாக இருக்கும்.

மலை கூத்து



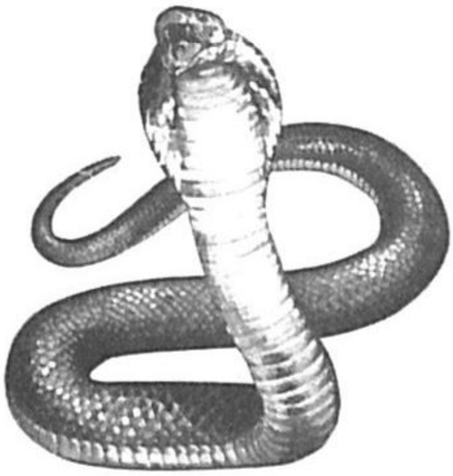
இது இறைவனைக்காண கடுமையான மலை ஏற்றங்களில் ஏறும் போது அவரவர்க்குள்ளே வாசியாக நடக்கும். அதனை அச்சமயத்தில் சற்று அமர்ந்து ஆசுவாசப்படுத்தி உள்ளே நடக்கும் சுவாசத்தை உற்று கவனித்தால் வாசியை உணர்ந்து கொள்ளலாம். இந்த மலைக்கூத்து என்னும் 4-வது பயிற்சியை 1,2 பயிற்சிகள் போலவே வஜ்ராசனத்தில் இருந்தே இயற்ற வேண்டும். ஆசனத்தில் அமர்ந்து குனியும் போது "அஉ"என்று எட்டிரண்டு சேர்ந்தே சொல்லி வாசியை இறக்க வேண்டும். உடன் நிமிரும் போது "உஅ"என்று இரண்டையும் சேர்த்தே சொல்லி வாசியை மேலே ஏற்ற வேண்டும்.இதுவேமலைக்கூத்து ஆகும். இதையும் 45 நிமிடம் செய்ய வேண்டும். இதனை விடாது தொடர்ந்து பயிற்சி செய்வதனால் வாசி பேசவும் செய்யும். வாசியினாலேயே பஞ்சாட்ரம்,காயத்ரி போன்ற எல்லா மந்திரங்களையும் உச்சரிக்கும் ஆற்றல் கிடைக்கும். வாசி என்ன பேசக்கண்டாய் வெண்ணிலாவே என்று வள்ளலார் கேட்பது இந்த மலைக்கூத்து பயிற்சியினால் முடியும் என்பதை உணருங்கள்.

சர்ப்பக்கூத்து

மௌனமே சர்ப்பக்கூத்து ஆகும். வீணப்பா விதியில்லை கதியில்லை மந்திரம் இல்லை என்பர் சித்தர். இந்த 5வது கடைசிப் பயிற்சியான சர்ப்பக்கூத்து மௌனத்தில் செயல்புரிவது. இதுவும்

வஜ்ராசனத்தில் இருந்துதான் செய்ய வேண்டும். குனிவதும் நிமிர்வதும் மௌனத்திலேயே வாசியை இறக்கவும் ஏற்றவும் வேண்டும். இதனைவிடாது தொடர்ந்து பயிற்சி செய்து வந்தால் வாசி மூலாதாரத்திலிருந்து மேல் நோக்கி நல்ல பாம்பு சீறுவதைப் போல் நாதத்துடன் எழும்புவதைக் காணலாம். இப்படி செய்யும் மௌனத்தின் ஓசையே ஓரெழுத்தாக சீறி எழுவதை உணர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

சர்ப்பக்கூத்து



நாகம் தன் படத்தை விரித்து சீறும் ஓசையை கவனித்துப்பாருங்கள். அது வாசியினால் தான் தன் சக்தியை பெருக்கி படம் எடுத்து ஆடும். நல்ல பாம்புகளுடனேயே பழகி அறிந்த பாம்பாட்டி சித்தர் வாசியை ஆடுபாம்பே எனப்பாடி நமக்கு உணர்த்துவார். நல்ல பாம்பின் எதிரி கீரிப்பிள்ளை. அது நல்ல பாம்புடன் சண்டை போடும் போது பாம்பு படம் எடுத்து நிற்கும் போது அதனால்பாம்பை நெருங்கவோ கொல்லவோ இயலாது. பாம்பு வாசியை விட்டு விட்டு படத்தை சுருக்கும் போதே கீரி அதைக் கொல்கின்றது. அதுபோல் வாசியோகம் செய்பவரை எந்த சக்தியாலும் கேடு விளைவிக்க முடியாதுஎன்பதை அறியுங்கள். இப்பயிற்சியினால் தானாகவே ஓரெழுத்தாகி சீறுவதால் இதற்கு சர்ப்பக்கூத்து என்று பெயர் வைத்தனர். இதனால் வாசிலயமும், நாதமும் கிட்டும்.

இவ்வாறு இறைவன் படைத்த இயற்கையிலேயே வாசியை உணர்ந்து நமக்கும் வழிகாட்டி நிற்பவர்களே சித்தர்கள். இந்த குயில்கூத்து, மயில்கூத்து, ஞமலிக்கூத்து, மலைக்கூத்து, சர்ப்பக்கூத்து என்ற ஐந்து வாசி பயிற்சிகளையும் முறையாக முடிக்கும்

சாதகர்களுக்கு நிச்சயம் வாசிலயமாகும் என்பதில் ஐயமில்லை. வாசிலயம் கிடைத்த பின்னால் வாசியை எந்த கலையிலும் சேர்த்து ஏற்றி இறக்கலாம். வாசி கொண்டுளப்படி வேண்டுமானாலும் விளையாடிப் பார்க்கலாம். ரேசக பூரகப்பயிற்சிசெய்து தீயிலேயே சேர்த்து கும்பகம் செய்து தியானம் செய்யலாம். வாசிலயமானால் தான் கும்பகம் நீடிக்கும். வாசியைப் பிடிக்கும் கும்பகத்தால்தான் வல்லமைகள் யாவும் பெற்று சக்திமானாக மாற முடியும்.வாசிலயமானால் தியானம் சித்தியாகி தவம் மலரும். தவத்தினால் அ்'டமாசித்திகளையும் அடையலாம் என சித்தர்கள் இயம்புவர். இவ்வாறு மந்திரம், யோகம்,தியானம் என்ற மூன்றும் வாசியைக் கைவல்யமாக்கி செய்து வந்தால் அனைத்தும் சித்தியாகும். சித்தி கிடைத்தால் தவம் பெருகும். தவம் பெருக இறைவனை சேரும் அனுபவம் கிட்டும்.

முத்தி என்பது முன்னுரு சாதனம்
சித்தி என்பது சேர்நிலை அனுபவம்.

-என்கிறார் வள்ளற்பெருமான்.

இறைவனை சேர்வதே உண்மையான சித்திஅதை விடுத்துசித்துக்கள் செய்வது ஏமாற்று வித்தை. விபூதி குங்குமம் வரவழைப்பதோ,டாலர்,சிலைகள் என்று வரவழைப்பதோ சித்துக்கள் ஆகாது. அம்மாதிரி செய்து காட்டுபவர்களை வானத்தில் பறந்து காட்டும்படி கேளுங்கள், ஓடிவிடுவார்கள். ஆதலால் பொய்களைஒழித்து உண்மையை அறிய வாசி ஒன்றே வழி. அஷ்டமா சித்துக்களையும் அடையவும் இறைவனைச் சேரும் சித்தியைப் பெறவும் வாசியினால்தான் முடியும் என்பதை தெரிந்து கொள்ளுங்கள்.

நெருப்பை தொடும் இந்த வாசியோகப் பயிற்சிகளால் ஏற்படும் உடற்கேடுகளை நீக்க மூதண்டக்கியாழம் என்று சித்தர்கள் காட்டும் மும்மூலக்கற்ப மருந்தை நீங்களே தினசரி தயார் செய்து ஒரு மண்டல காலம் உட்கொள்ளுங்கள். வாசியே அனைத்து கேடுகளையும் நீக்க வல்லமையுடையது என்பதனால் எக்கேடு வந்தாலும் அஞ்சாது பொருமையுடன் வாசியோகப் பயிற்சிகளை முறையாக செய்து வந்தால் கெட்டவை யாவும் தானே விலகுவதை அறிவீர்கள்.மூதண்டக்கியாழம் தயாரிக்கும் முறைகளையும் தியானம், தவம் போன்றவைகளையும் **“தச தீட்சை”** நூலில் விரிவாக சொல்லியுள்ளோம்.

வாசியோக உண்மையை உண்மையென்று உண்மையாய் நாங்கள் உணரும் வண்ணம் நூலாக்கித் தருமாறு என் அன்பு சீடர்கள் வேண்டுகோள் விடுத்தனர். நானும் எழுதாலாமா என்று இறைவனைக் கேட்டேன்.இப்போதுஇதுதேவைதான் என்று என் குருநாதன் எழுதச் சொல்லி ஆணையிட்டார். எழுதத் துணிந்ததும் சித்தர்கள் என்னுடன் இருந்து எழுதி முடித்தனர் என்பதே உண்மை. எவரும் சொல்லாத சொல்லித் தராத உண்மைகள்யாவும் இந்நூலில் பொதிந்திருப்பதைப் பாருங்கள். ஆதலின் இது என் செயலால் ஆவதில்லை. சித்தர்கள் கருணையே இந்நூல்.

புள்ளினும் மிக்க புரவியை மேற்கொண்டால்
கள்ளுண்ண வேண்டாம் தானே களி தரும்
துள்ளி நடப்பிக்கும் சோம்பல் தவிர்ப்பிக்கும்
உள்ளது சொன்னோம் உணர்வுடையாளர்க்கே

- திருமூலர்

புள்ளிஎனும் ஓரெழுத்தினுள் அதைவிட மேலான வாசி எனும் குதிரை அடங்கியுள்ளது. அந்த வாசியை அறிந்து அதனையே மேற்கொண்டு பயிற்சி செய்து வந்தால் தானே ஆனந்தம் பெறலாம். கள் எனும் மதுவை அருந்தி அதை இன்பம் என கருத வேண்டாம். அதை விட போதை தரும் பேரின்பத்தை இவ்வாசியினால் அடையலாம். அதனால் இளமை பெற்று துள்ளி வரும் காளையைப் போல் நடக்க வைக்கும். சோம்பல், பயம், துன்பம் போன்றவை யாவையும் விரட்டி வைத்து சுறுசுறுப்பையும், தைரியத்தையும், இன்பத்தையும் தானாகவே வாசி செய்து முடிக்கும். இந்த உண்மைகளை யோக, ஞான, தாகம் உடைய உணர்வுடையாளர்களுக்காகவே சொன்னோமப்பா என்கிறார் திருமூலர்.

வாசியோகம் பயில விரும்பும் சாதகர்களே! இந்நூலை முற்றும் ஆழ்ந்து படித்து அறிவினால் ஆராய்ந்துப் பார்த்து முயற்சியுடன் பயிற்சி செய்து உண்மையை உணருங்கள். இந்நூலைப் படிக்கும் பூர்வ புண்ணியப் பிறவிகளுக்கு தானாகவே மனம் கனிந்து உயிர் உருகி ஊடுருவதை அறிவினால் அறிவார்கள். இது சித்தர்கள் கருணையினால் நல்லுயிர்களை சேரும் வண்ணம் உருவாகியுள்ளது. ஆதலால் வாசியின் உண்மைகளை உணர்ந்து சித்தர்கள் நெறியில்

பயிற்சி செய்யுங்கள். வாசியின் நுட்பத்தை அறிந்து கொண்டு இப்பிறப்பிலேயே இறைவனைச் சேர்ந்து இறவாநிலை அடையுங்கள்.

மூக்கு வேலை செய்தால் வாசி வேலை செய்யாது. வாசி வேலை செய்தால் மூக்கு வேலை செய்யாது. மூக்கு செய்யும் வேலையை வாசி செய்து விடும். வாசி செய்யும் வேலையை மூக்கால் செய்ய முடியாது. இதுவே வாசியின் சூட்சமம். உண்ணாக்கின் வழி இயங்குவதுவே வாசி. மூக்கின் வழி இயங்குவது மூச்சு. இதனை நன்கு புரிந்து கொண்டு சித்தர்கள் சொல்லும் இந்த ஐந்து கூத்துக்களையும் முறையாகப் பயிற்சி செய்பவர்களுக்கு நிச்சயமாய் வாசி இலயம் கிட்டும். நாத ஒலி இடைவிடாது கேட்கும். அருள் சோதி ஒளி பிரகாசிக்கும். அணுவிற்குள்ளும் புகும் ஆற்றல் கிடைக்கும் இதனால் ஆகாதது இவ்வுலுகில் எதுவும் இல்லை. ஆதலால் வாசிப்பயிற்சி செய்பவர்கள் வெறுமையென்று வந்தாலும் இப்பழக்கத்தை விட்டு விடாதே என்கிறார் காகபுசுண்டர்.

இந்நூலில் உடல், உள்ளம், உயிர் என்ற மூன்றையும் தனக்குள்ளே உற்றறிந்து கொள்ளுங்கள். பின் சாகாக்காலாய் விளங்கும் வாசியினால் சாகாக்கல்வியை திறம்பட கற்று சாகா நிலையை அடையுங்கள். வாசியினால் அறிவு, உணர்வு, நினைவு என்ற மூன்றையும் ஒன்றிணைத்து புருவப் பூட்டை உடைத்தெறிந்து உட்புகுந்து அன்னையின் அமுதப் பால் உண்டு அனைத்து சித்திகளையும் பெற்று சித்தராகுங்கள். இதுவே மெய்யான சித்தர்கள் வழிகாட்டும் வாசியோகமாகும்.

இதை விடுத்து வேறு வழிகளில் கற்றுத்தரும் கலைகள் யாவும் பொய்யாகியே போகும். இதனை காசுக்குவிற்கும் யாவறும் கற்ற கயவர்களே ஆவார்கள். எத்தனை எத்தனை அவதாரங்களும் மகான்களும் வந்தாலும் சித்தர்கள் சொல்லியுள்ளதைத்தான் புதிதாகச் சொல்வது போல் மெருகூட்டி சொல்கிறார்களே தவிர சித்தர்கள் சொல்லாத எதையும் எவரும் சொன்னதில்லை. சித்தர்களின் இக்கலையே புதுப்புது பெயர்களை வைத்து பவனிவருகிறது. இதற்கு ஆர்ப்பாட்டம், விளம்பரம், விஞ்ஞானமயம் என்றெல்லாம் அல்லோகலப்படுத்தி வகுப்புகள் என வரைமுறைப் படுத்தி வெகுவாக வியாபாரம் நடந்து வருகிறது. பரியங்கயோகம் சொல்லித்தர பணம் கட்டி முன்பதிவு செய்ய வேண்டுமாம். இவ்வாறெல்லாம் வாய்வல்லபம் பேசி பணம் கரக்கவா திருமூலர் பரியங்கயோகம் சொன்னார்.

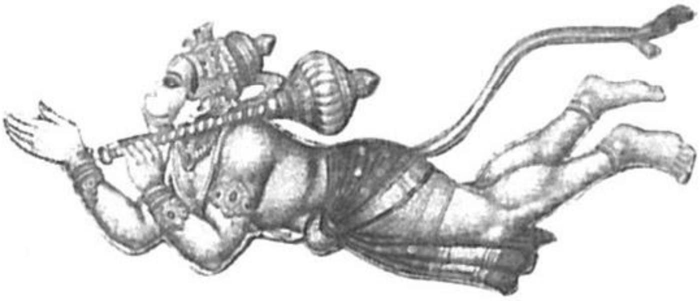
இப்படி பயிற்சிவகுப்புகள் நடத்தி சித்தர்நிலை அடைந்தவர்கள் எவரேனும் உண்டா? இந்த போதனைகளைக் கேட்டு பலனடைந்தவர், தன்னை அறிந்தவர் எவரேனும் உண்டா? உன்னில் இல்லாத எதுவும் பிறரிடத்தில் இல்லை. பிறகு ஏன் குரு என வருவோரிடம் அடிமை ஆகின்றீர்கள். ஆட்டுமந்தை கூட்டம் போல் அடைபட்டு கிடக்கின்றீர். அவர்களின் வாய் ஞானத்தால் மனம் மயங்கி உங்கள் வாழ்வைத் தொலைக்கின்றீர். திருந்துங்கள் இறைவனிடம் திரும்புங்கள் அவனே குருட்டினை நீக்கும் குரு என்பதை உணருங்கள். குருட்டாட்டம் ஆடி குழியில் வீழ்ந்து கெடாதீர்கள்.

விட்டகுறை உள்ளவர்க்கே வாசி வாய்க்கும். முன் பிறவி தொடர்புடைவர்களே வாசியைத் தேடுவர். அவ்வாறு வரும் பூர்வ புண்ணியம் உள்ளவர்கள் மாயையால் மறைந்திருக்கும் வாசியை உணர்ந்து மெய்யப்பாடு படவேண்டும் என்பதற்கே சித்தர்கள் தயவால் இந்நூல் வெளி வந்துள்ளது. எவரிடமும் ஏமாந்து அடிமையாக உழன்று காசையும் கொடுத்து காண்டு வாதத்தைத்தேடிகெள்ளாதீர்கள். உனக்குள்ளேயே உண்மை இருக்கையில் ஏன் ஓடித்திரிகிறீர் என்பார் கொங்கணவர். என்னதான் வாசியை வெளியாக உரைத்த போதிலும் இறையருளைப் பெற்றவர்க்கே வாசிகைகூடி கைவல்யமாகும். அதனை விடுத்து ஏனையோர்க்கு அவ்வாசியே பிணியைக்கொடுத்து இப்பழக்கத்தை செய்ய விடாது தடுத்துவிடும். ஆனால் வாசியை செய்ய முடியாதவர்கள் தலம், தீர்த்தம், மூர்த்தம் என்ற மூன்றையும் முறையாக முடித்தால் அதனால் இறைக்கருணை கிடைத்து எளிதாக வாசியை அடைந்துவிடலாம்.

வாசியே எல்லாப் பிணிகளையும் போக்கவல்லது. வாசியே உடலையும், உயிரையும் வலுவாக்கக் கூடியது. வாசியே பிரம்மம் எழுதிய தலையெழுத்தை அழித்து விதியை மாற்ற வல்லது. வாசியே எல்லா அஷ்டமா சித்துக்களை அருள்வது. வாசியே இறைவனிடம் சேர்த்து வைத்து இறவாநிலை தருவது. ஆதலால் இவ்வாசியை தனக்குள் அறிந்து கொண்டு உண்மையான மெய்பக்தியுடன் உழைத்திடுங்கள். வேலைக்குத் தகுந்த கூலியை வாலைத்தாய் நிச்சயம் வழங்குவாள். வாசி இலயமாகி நாம் விடும் சுவாசங்கள் வாசியாக மாறும் வரை பொருமையாக வாசிப்பழக்கத்தை கைவிடாது சாதனைகள் செய்து வாருங்கள். வாசி இலயமாகி நாத ஒலி

கேட்கும் அதன் பின்னர் வாசியை எக்கலையிலும் செலுத்தவும், ஏற்றி இறக்கவும் கும்பகம் செய்யவும் இலகுவாக இயலும். இப்படி வாசியை கைவல்யப்படுத்தியவர்களே சித்தர்கள் சொல்லும் வாசியோகத்தை செய்ய வல்லவராவார்கள்.

அனுமனின் ஆற்றல்



இராமாயண காவியத்தில் அனுமன் என்ற வானர வீரனை அனைவரும் அறிந்து தெரிந்து இருப்போம். இவர் அவதரித்ததில் இருந்தே ராம மந்திரத்தை இடைவிடாது உபாசித்து வந்தார். அறிவில் சிறந்தவன் அனுமன். கம்பன் இவரை சொல்லின் செல்வன் என்று வர்ணிப்பார். ராம பக்தியிலும் ராம நாமத்திலும் அவரைப் போல் சிறந்தவர் எவரும் இல்லை. அவரின் வீரத்தையும் விவேகத்தையும் விவரித்துக் கொண்டே போகலாம்.

அவர் தான் உபாசித்து வந்த நாமத்தின் திருஉருவை நேரில் கண்டவுடன் இராமபிரான் பாதங்களில் விழுந்து அடிமையாகி அவருடன் சேர்ந்து சீதையைத் தேடி இராமேஸ்வரம் வந்தார். இராவணன் சீதையை இலங்கைக்கு எதுத்துச் சென்றதை அறிந்த இராம லட்சுமணரும் வானர கூட்டங்களும்



இராமேஸ்வரத்தில் கூடினார்கள்.இடையில் கடல் இருந்த படியால் இலங்கையில் சீதை இருப்பதை அறிந்து வர யாராவது ஒருவர் சென்று பார்த்து வரலாம் என முடிவெடுத்தனர். யார் அங்கு சென்று பார்த்து திரும்பி வருவது என ஆலோசித்தார்கள். வாலியின் மகன் அங்கதன் கடல் தாண்டி பாய்வதில் வல்லவன் என்றாலும் போனாலும் திரும்பி வர இயலாத நிலையே ஏற்படும் என்பதால் அனுமனையே இலங்கைக்கு அனுப்பலாம் என முடிவு செய்தனர்.

இதனை அனுமனிடம் தெரிவிக்க ஜாம்பவான் என்ற முதிய வானர வீரரோடு கூடி அங்கிருந்த அனைத்து வானரர்களும் வந்தனர். அனுமன் தன்னந்தனியாக ஒரு பாறையில் அமர்ந்து ராம நாமம் செபித்தவாறே சிந்தித்துக் கொண்டிருந்தார். சுக்ரீவன் அனுமனிடம் “இலங்கைக்கு சென்று சீதா தேவி இருக்கும் நிலையறிந்து திரும்பி வர நீங்கள்தான் தகுதியானவர்.உடனே புறப்படுங்கள்” என்று சொன்னார். இதைக் கேட்ட அனுமன் திகைத்துப் போய் இவ்வளவு நீண்ட கடலை எவ்வாறு தாண்ட முடியும் எனக் கேட்டார். உடனே அங்கிருந்த ஜாம்பவான் அனுமனிடம் உன்னால் முடியும் தம்பி என்றார். அறிவிலும் ஆற்றலிலும் சிறந்தவனான அனுமனே எவ்வாறு இந்த கடலைதாண்ட முடியும் என்று ஜாம்பவானிடம் கேட்டார்.

ஜாம்பவான் அனுமனிடம் நீ வாயுவின் புத்திரன். அஞ்சனா தேவியின் அருமை மைந்தன்.நீ இளம் பிராயத்தில் சூரியனை பழம் என்று எண்ணி பறிப்பதற்காக வானில் பறந்து சென்றாய். பின் சூரிய தேவனைக் கண்டு குரு உபதேசம் பெற்றாய். உனக்குள் வாசிலயமாகி வல்லபத்துடன் வீற்றிருக்கிறது. அதனை நீ சொல்லும் ராம மந்திரத்தால் எழுப்பிவிட்டால் இப்போதும் நீ வானில் பறந்து எங்கும் சென்று வரலாம். ஆதலால் தயங்காதே உடனே வாசியை ஆங்காரத்துடன் கிளப்பு. உன்னால் மட்டுமே இதனைசெய்ய முடியும் என போதனை செய்தார்.

ஜாம்பவானின் சொல் கேட்டு சிங்கம் போல் சிலிர்த்தெழுந்தார் அனுமன். ராம் எனும் மந்திரத்தால் தன்னுள்ளிருந்த வாசியை கிளப்பினார். ராம் என்பதும் ஓம் என்பதும்ஒன்றே என்பதை ஓரெழுத்தை அறிவர் உணர்வர். தனக்குள் இருந்த சக்தியை தான் உணராது ஜாம்பவான் உணர்த்த உணர்ந்த அனுமன் வாசியினால் தன் உருவை விசுவரூபமாக எடுத்துக் காட்டினார். பின் வானில் பறந்து கடலை தாண்டி இலங்கைக்கு சென்று சீதையைக் கண்டு

திரும்பி வந்தார். அதற்கு பிறகு அவருடைய ஆற்றல்கள் பன்மடங்கு பெருகியதை இராமாயணக்கதையில் நாம் அறிந்ததே.

ஜாம்பவான் அனுமனுக்கு உணர்த்தியதைப் போல் உண்மையைத் தேடும் உத்தமர்களாகிய உங்களுக்கு இம்முதியவன் முழு உண்மைகளையும் இந்நூலில் உணர்த்தியுள்ளேன். எனது 50 ஆண்டுகளாக ஆன்மிக அனுபவங்களைக் கொண்டு எனக்கு சித்தர்கள் உபதேசித்த இரகசியங்கள் யாவும் சித்தர்கள் அனுமதியுடனும் இறைவன் அருளோடும் இந்நூலில் வெளிப்படுத்தியுள்ளேன். ஆதலால் உண்மையைத் தேடும் உத்தம சாதகர்கள் தங்களுக்குள் இருக்கும் இவ்வுண்மைகளை உணர்ந்து பொய்களை விடுத்து இறைவனை நாடுங்கள். இறைவனே எல்லாம் வல்லவன். அவன் ஒருவனையே குருவாகக் கொண்டு மெய்ப்பாடுபட்டு உயருங்கள். பொய் குருக்களின் போதனைகளில் சிக்கி விளம்பர மாயையில் வீழ்ந்து விடாதீர்கள். யோக ஞானம் தேடும் நல்லுயிர்களை ஏமாற்றுவது மகா பாவம் என்பதை அறியுங்கள். யோக ஞானம் தேடும் உயிர்கள் தன்னை அறியாமல் ஏமாறுவதும் பாவமே என எச்சரிப்பதே இந்நூலின் கடமை.

கேளுங்கள் தரப்படும் தட்டுங்கள் திறப்படும் தேடுங்கள் கிடைக்கும் என்றார் இயேசு பிரான். வாசியைக் கேட்டுப் பெறுங்கள். கேட்காமல் எதுவும் தானாக கிடைக்காது. வாசியைக் கொண்டு பத்தாவது வாசலைத் தட்டுங்கள். சொர்க்கவாசல் திறக்கப்படும். புருவப் பூட்டு உடைக்கப்படும். அங்கே தேடுங்கள் நீங்கள் தேடிய பொக்கி'ம் கிடைக்கும். நீங்கள் கேட்பது யாவுமே அங்குதான் கிடைக்கும் என்பதை உணர்த்துவதே இவ்வுபதேசம். சிலர் முத்திக்கு வித்ததான முதல் எழுத்தை அறியாமலே கோடி கோடியாக மந்திரங்களை சொல்வார்கள். மந்திரம் ஒன்றே எல்லாம் வல்லது என்பதையே இவர்கள் பேசுவார்கள். சிலர் வாசியோகம் ஒன்றே எல்லாம் செய்ய வல்லது என்றும் வாசியோகம் செய்பவர்கள் வேறு எதையும் பின்பற்றக்கூடாது என்றும் போதிப்பார்கள். சிலர் இவைகள் யாவும் வீணே! மெய்ப்பெருளைக் கொண்டு மருந்து செய்து கற்பம் உண்டால்தான் எதுவும் ஆகும் என்பார்கள். சிலர் பிரம்மத்தை அறிந்து சேர்ந்தால்தான் மெய் நிலையை அடையமுடியும் என்று சொல்வார்கள். மெய்ப்பெருளை உபதேசம் கொடுத்து இது ஒன்று மட்டுமே போதும் என போதிப்பார்கள். இவைகள் யாவும் உண்மைதான் ஆனால்

இவ்வாறெல்லாம் சொல்லி உபதேசிப்பவர்களும் அதையே உபாசித்தவர்களும் ஏன் ஒருவர்கூட இறவாநிலை அடையவில்லை.

வேத மந்திரங்கள் யாவையும் கற்று உணர்ந்தவர்களும், பிராணாயாமம், வாசியோகம் போன்ற கலைகளை கற்றுக் கொடுப்பவர்களும் கற்றுக் கொண்டவர்களும், முப்பு என கற்பம் செய்து உண்டவர்களும், மெய்ப்பொருள் அறிந்து தியானம் செய்பவர்களும் குருட்டாட்டம் ஆடி குழியில் தானே வீழ்கிறார்கள். எண்ணற்ற சித்தர்களும், நால்வர்களும் அடைந்த மெய்நிலையை வள்ளலாருக்குப் பிறகு ஏன் ஒருவரும் இதுவரை அடைந்து காட்ட இயலவில்லை என்பதை சிந்தியுங்கள். ஒன்று இருந்தாலே போதும் என்ற கர்வமே இவர்களை மெய்நிலையை அடையமுடியாது இறப்புக்குள்ளாக்கியது என்பதை உணருங்கள். வள்ளல் பெருமான் படிப்படியாகக் கடந்தபின்பே இறவாநிலையை அடைந்தார். அந்த உண்மைகளை தனது திருவருட்பா ஆறாந்திருமுறையில் வெளிப்படுத்தினார். அவர் எல்லோரையும் தன்னைப் போல் எண்ணியதால் தான் ஆறாந்திருமுறை ஒன்றை மட்டுமே ஓதுங்கள் என உபதேசித்தார். அவர் இருந்த நிலையை நாம் கடந்து அடையாமல் நாம் ஆறாந்திருமுறை மட்டும் ஓதுவதால் உண்மை நிலையை அடைந்துவிட முடியுமா? அவர் எல்லா திருமுறைகளிலும் உண்மையைத் தான் உரைத்துள்ளார் என்பதை உணர்ந்து அவரைப் போன்றே மெய்பக்தியையும் கடைப்பிடித்து சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் என்ற பாதையில் ஏறிவந்தபின் ஆறாம் திருமுறை உண்மைகளை உணர்ந்து மெய்நிலை அடையுங்கள். ஒன்றை உயர்த்தி மற்றொன்றை தாழ்வாகப் பேசாதீர்கள். எல்லாவற்றையும் சமமாக கருதி சித்தர் நெறியில் நின்று இறவாநிலை சாத்தியமே என்பதை நிருபிக்க உலகிற்கு உங்களில் ஒருவராவது வர வேண்டும் என்ற எண்ணமே இந்நூல் நோக்கம்.

ஆதலால் வள்ளுவர் முதல் வள்ளலார் வரை இறவாநிலை அடைந்தவர்கள் வாழ்ந்து வழிகாட்டும் மணி, மந்திர, மருந்தின் இரகசியங்கள் யாவையும் நன்கு அறிந்து கொண்டு மெய்ப்பாடுபடுங்கள். அதற்கு சித்தர்கள் காட்டிய சாகாக்கல்வி எனும் வாசியோகமே உண்மையான வழி என்பதை உணருங்கள். மந்திர செபம் மனோபலம் தரும். யோகங்கள் உயிர் வளர்க்கும். கற்பங்கள் உடம்பை உறுதிப்படுத்தும். மெய்ப்பொருள் இறை தியானம் கூட்டும். இப்படி ஒவ்வொன்றும் மெய்பக்தியால் மெருகேறி மெய்ஞானம் கிட்டி

இறைவனோடு சேர்த்துவைத்து இறவாநிலையைத் தரும். இவை அத்தனையும் வாசியினாலேயே செய்து இப்பிறவியைத் தரும். இவை அத்தனையும் வாசியினாலேயே செய்து இப்பிறவியை ஈடேற்றலாம் என்பதை வாசியோகம் செய்து உணர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

வாசியை மெய்ப்பாடுபட்டு இலயமாக்கி கைவல்யமாக்கிக் கொண்டால் வாசியிலேயே மந்திரசெபம் செய்யலாம். வாசியினாலேயே அட்டாங்கயோகமும் பண்ணலாம். வாசியையே கற்பமாக்கிக் கொண்டு உயிரையும் உடலையும் உறுதிபண்ணிக் கொள்ளலாம். வாசியாலேயே வாசியோகம் செய்யலாம். வாசியையே மெய்ப்பொருளில் சேர்த்து தியானமும் தவமும் புரியலாம். வாசியே வாலையாய் வருவதை அறிந்து மெய் பக்தியை செலுத்தலாம். இப்படி எல்லாவற்றையும் ஒன்றிணைக்கும் வாசியை எக்காலமும் நினைந்து சாதனைகள் செய்து இறவாநிலை அடையுங்கள். இறைவனோடு இணையுங்கள்.

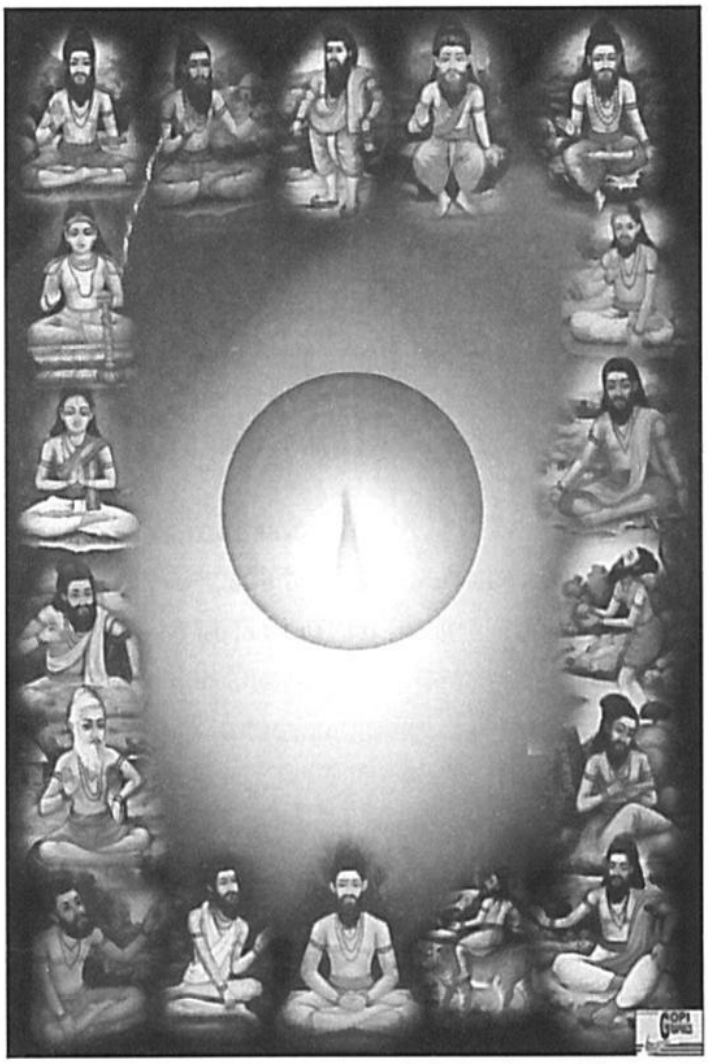
நடக்கிலும் வாசி பாரு நாட்டமும் வாசிபாரு
முடக்கிலும் வாசி பாரு முனைசுழி வாசிபாரு
மிடக்கிலும் வாசி பாரு அறிவிலும் வாசி பாரு
திடக்குரு நாகை நாதர் திருநடஞ் செய்வாய் நெஞ்சே

- கணபதிதாசர் -

ஆதலால் இதுவரை வெளிவராத இரகசியமாய் இருந்து வந்த வாசியை பற்றிய உண்மைகளையும், வாசியோக பயிற்சி முறைகளையும் இந்நூலில் விரிவாக விளக்கி சொல்லியுள்ளோம். இதனை நன்கு ஆழ்ந்து படித்து சிந்தித்து ஆராய்ந்து அறிந்துகொண்டு இயற்கையே காட்டிக் கொடுக்கும் இந்த வாசியோக கூத்துக்களை உணர்ந்து பயிற்சிகளை செய்து வாருங்கள். ஈசன் தில்லை வனத்தில் நடமாடிக் கொண்டே ஐந்தொழிலையும் ஆற்றுகின்றான். அவ்வாறு ஐந்தொழிலையும் தொழிற்படுத்த ஆடிய நடனங்கள் ஐந்து. அவை 1. ஆனந்தக்கூத்து 2. சுந்தரக்கூத்து 3. பொற்பதிக்கூத்து 4. பொற்றில்லைக்கூத்து 5. அற்புதக்கூத்து என ஐந்தாகும். இறைவனே வாசி கொண்டு ஆடியே இதனை நடத்துகின்றான் என்பதை திருமூலரும்

ஆன நடம் ஐந்து அகள சகளத்தர்
ஆன நடமாடி ஐங்கருமத் தாகம்
ஆன தொழிலருளால் ஐங்கருமம் செய்தே
தேன் மொழிப்பாகன் திருநடம் ஆடுமே என்று கூறுகிறார்.

ஆதலால் ஆற்றல்கள் யாவும் நிறைந்த இவ்வாசியை அறிந்தாரிடம் இருந்து அறிந்து கொண்டு ஒரு உண்மை குருநாதரிடம் உபதேசமாய்ப் பெற்று உங்கள் வாழ்க்கையில் பின்பற்றி வாழ்ந்திடுங்கள். இன்று செய்யும் இவ்வாசி யோக தியானம் என்றென்றைக்கும் எப்பிறவிக்கும் உங்களைப் பற்றி புண்ணியவானாக மாற்றும் என்பதை மறவாது சோம்பலைத் தூக்கி எறிந்து விட்டு இப்பயிற்சிகளை செய்து பலனடையுங்கள். உங்கள் பயிற்சிகளின் பலனை ஈசனிடமே ஒப்படைத்து இம்மனிதப் பிறவியை உயர்த்தி இறவாநிலை அடையுங்கள். இதுவே சாகாக்கல்வி என்றும் மரணமிலாப் பெருவாழ்வென்றும் கூறி சித்தர்கள் வழிகாட்டுவார்கள்.



இறை



அவன் அன்றி ஓர் அணுவும் அசையாது எனும் பெரிய
ஆப்தர் மொழி ஒன்று கண்டால்
அறிவு ஆவது ஏது? சில அறியாமை ஏது? இவை அறிந்தார்கள் அறியார்கள் ஆர்?
மௌனமொடு இருந்தது ஆர்? என்போல் உடம்பு எலாம் வாயாப் பிதற்றுமவர் ஆர்?
மனது எனவும் ஒரு மாயை எங்கே இருந்து வரும்?
வன்மையொடு இரக்கம் எங்கே?
புவனம் படைப்பது ஏன்? கர்த்தவியம் எவ்விடம்? பூதபேதங்கள் எவ்விடம்?
பொய் மெய், இதம், அகிதம்மேல் வருநன்மை தீமையொடு
பொறை பொறாமையும் எவ்விடம்?
எவர் சிறியர் எவர் பெரியர் எவர் உறவர் எவர் பகைவர்
யாதும் உனை அன்றி உண்டோ?
இகபரம் இரண்டினிலும் உயிரினுக்கு உயிர் ஆகி
எங்கும் நிறைகின்ற பொருளே

- தாயுமானவர் பாடல் எண்: 89

அவனன்றி ஓரணுவும் அசையாது. எல்லாம் இருந்தும் ஈசன் அருள் இல்லையேல் எதையும் அடையமுடியாது என்பதை அறியுங்கள். எல்லாம் வல்ல இறைவன் ஒருவனே என்பதே சித்தர்கள் கொள்கையாகும். அந்த இறைவனைச் சேர்ந்து இறவாநிலை பெறுவதே நம் கொள்கையாகவும் இயல்பாகவும் இருக்க வேண்டும்.

எல்லா அண்டங்களையும், எல்லா உலகங்களையும், எல்லாப் பதங்களையும், எல்லா சக்திகளையும், எல்லா சித்துக்களையும், எல்லாக் கலைகளையும் எல்லாப் பொருள்களையும் எல்லா தத்துவங்களையும், எல்லா தத்துவிகளையும், எல்லா உயிர்களையும்,

எல்லா செயல்களையும், எல்லா இச்சைகளையும், எல்லா ஞானங்களையும், எல்லா பயன்களையும், எல்லா அனுபவங்களையும், மற்றெல்லாவற்றையும் தமது திருவரும் சக்தியால் தோற்றுவித்தல், வாழ்வித்தல், குற்றம் நீக்குவித்தல், பக்குவம் வருவித்தல், விளக்கஞ் செய்வித்தல் முதலிய பெருங்கருணை பெருந் தொழில்களை இயற்றுவிக்கின்றவரென்றும், எல்லாம் ஆனவரென்றும், ஒன்றும் அல்லாதவரென்றும், எல்லாம் உடையவராய்த் தமக்கு ஒருவாற்றானும் ஒப்புயர்வில்லாத் தனிப்பெருந்தலைமை அருட்சோதியா் என்றும் சா்வ வல்லவரென்றும் சா்வ காருண்யரென்றும், சத்திய அறிவால் அறியப்படுகின்ற கடவுள் ஒருவரே. அவா் அகம்புறம் முதலிய எவ்விடத்தும் நீக்கமன்றி நிறைந்த சுத்த மெய்யறிவு என்னும் பூரணப் பெருவெளியில் அறிவாா் அறியும் வண்ணம் எல்லாமாகி விளங்குகின்றாா் என்று கடிதம் எழுதி வைத்து சோதியாகி மறைந்த வள்ளற் பெருமானுக்கு முதல் தெய்வம் தணிகை முருகப்பெருமானே. அவா் தரிசனத்தை கண்ணாடியில் கண்ட பின்பே முருகனையே குருவாகப் பெற்று ஆன்மிகப் பாதையில் நடந்து இறவாநிலை அடைந்தவரே வள்ளலாா்.

இறைவன் பரப்பிரம்ம வடிவமே. அவன் எல்லாம் வல்லவன் என்பதால் அருவாக உள்ள அவனே உருவாகவும் வருவான் என்பதையே அடியாா்கள் வாழ்வு நமக்கு அறிவுறுத்துகின்றது. எவரெவா் எங்கெங்கிருந்து ஏதேது வேண்டிடினும் அவரவா்க்கு அது அதுவாய் வந்து அருள்வது சிவம் ஒன்றே என்பதை உணருங்கள். உதாரணமாக நால்வா்களுக்கும், நாயன்மாா்களுக்கும் அவா்கள் எண்ணியிருந்தவாறே சிவனாக வந்து காட்சி தந்தது சிவமே. ஆழ்வாா்களுக்கு ஸ்ரீமன் நாராயணனாக வந்து அருளியது சிவமே. சாக்தா்களுக்கும் அபிராமி அந்தாதி பாடிய பட்டருக்கும் அன்னையாக காட்சி தந்ததும் சிவமே. அருணகிரி நாதருக்கு அனுபூதி தந்து முருகனாக காட்சி தந்ததும் சிவமே. ஔவைக்கு கணபதியாக வந்து கைலாயம் சோ்த்ததும் சிவமே. நபிகள் நாயகத்திற்கு அல்லாவாகவும், இயேசுபிரானுக்கு கா்த்தராகவும், புத்தருக்கு ஞானவெளியாகவும் அருள்புரிந்தது சிவமே. இப்படி ஒன்றாய் அரும்பி பலவாய் விரிந்து இவ்வுலகமெல்லாம் நின்றது சிவமேயன்றி வேறில்லை என்பதை உணருங்கள். இதை நன்கு அறிந்து சித்தா்கள் வழிகாட்டிய யோக ஞானங்களை பயின்று உங்கள் விருப்பம் போல் எண்ணிய இறைவனையே ஒன்றெனக் கொண்டு தியானம் செய்யுங்கள். உங்களுடைய முயற்சிகளையும், பயிற்சிகளையும்,

சிரத்தையுடனும், வைராக்யமுடனும் செய்து அந்த இறைவனிடம் சரணாகதி அடைந்து பக்தியுடன் வாழ்ந்து வாருங்கள். வேண்டுவன யாவும் அறிவாய் நீ. வேண்டுவது யாவும் செய்வாய் நீ என்ற எண்ணத்துடனே இறைவனையே நம்பி இருந்து வாருங்கள். இறைச் சோதனைகள் யாவையும் வென்று ஞானத்தில் சேருங்கள். கர்ம நோய்கள் பற்றாதிருக்கவும், வந்த, வரும் நோய்களை யாவும் அகற்றவும் வாசியோகம் பயிலுங்கள். இந்நூலில் சொல்லியுள்ள அனைத்தையும் நன்கு ஆராய்ச்சி செய்து ஆராயுங்கள். அனைத்திலும் இறைவன் அருளும் புகழும் நிறைந்திருப்பதை அறியுங்கள். எந்த குருவும் வழி காட்டுவரேயன்றி இறவாநிலை தருவது மெய்குருவாகிய இறைவனிடமே உள்ளது என்ற உண்மையை உணருங்கள். அவனை இல்லையென்று எண்ணாது அவன் இருப்பை உணருங்கள். அவன் தாள் வணங்கி அவனை அடைந்து அருள் இன்பத்தில் மூழ்கி ஆனந்தம் பெறுங்கள். அவனன்றி ஓர் அணுவும் அசையாது என்பதை அறிந்து தெளியுங்கள்.

இல்லை இல்லை யென்று நீர் இயம்புகின்ற ஏழைகாள்
இல்லை யென்று நின்ற ஒன்றைஇல்லை என்னலாகுமோ
இல்லையல்ல ஒன்றுமல்ல இரண்டும் ஒன்றி நின்றதை
எல்லை கண்டு கொண்ட பேர்கள் இனிப் பிறப்பதில்லையே

- சிவவாக்கியர்

அன்பே சிவம்! அருளே சக்தி! அன்புடன்
பாட்டுச்சித்தன்



ஸ்ரீ காகபுசுண்டர்



அறிவான கண்ணெதென்றல் புருவவாசி
அங்கத்திற் பம்பரம்போ லாடினாக்கால்
முறிவான பூட்டுடைத்துப் புருவமத்தி
மூக்கோடும் வாசியது நெற்றியேறில்
தெறிவான யிவ்வாசல் பத்தாம் வாசல்
சிறுவாசல் அறிவாசல் யோகவாசல்
குறியான மணிவாசல் குருவின்வாசல்
கோபுரவாசல் தெரிவா யானாற்பாரே.

ஸ்ரீ அகஸ்தியர்



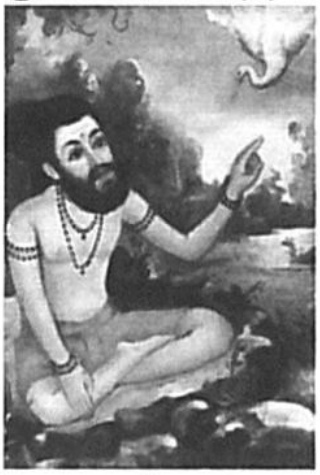
நில்லடா நிலையறிந்து கமலக்கண்ணை
நிசமான வாசியினா லண்டமேவி
நில்லடா அந்தநிலை சொந்தமாக
நின்றுமனக் கண்ணதனால் தன்னைப் பார்த்து
நில்லடா நின் தேகம் சோதிபோலே
நின்றிலங்கும் புருவநடு உச்சிமீதில்
நில்லடா அந்தநிலை வாசி கொண்டு
நிரந்தரமுந் தன்வசமாய் நீதான் காணே.

ஸ்ரீ சட்டைமுனி சித்தர்



தள்ளுகின்ற வுறுப்பு வந்தால் கருவைக்கேளு
சாதகமாய் குண்டலிக்குள் வாசி வைத்துத்
தெள்ளுகிற பிராணாயம் பண்ணித்தீருந்
திரண்டொயுஞ் சிலம்பொலியுங் காணும் காணும்
நள்ளுகிற கண்டத்தே யங்கென் றூணும்
நலம் பெரிய புருவமையந் திறந்து போகும்
அள்ளுகிற கனிபோலே யமிர்தம் வீழும்
அப்பொழுது காயசித்தி யறிந்து கொள்ளே.

ஸ்ரீ கோரக்கசித்தர்



போகுமே வாசியென்ற புரவி மட்டம்
பூரித்தால் வெகுவேகம் புகலப்போகா
தேகுதற் கிடம் பார்க்கும் எகிரியோடும்
ஏங்காமலுன் மனத்தை யுன்னா லுன்னை
வாகுடனே வலம் புரியின் சங்கை மெல்ல
வழுவாது இழுத்து நடுத்தம்பம் ஏற்று
சாகுபடிக் காரரைவர் சடுத்தம் செய்வார்
சமர்த்தாகக் கேசரம் சேர் கடினம்போமே.

ஸ்ரீ மச்சேந்திர சித்தர்



உண்மை யிப்படி யென்றுகந்து நீ வாசியைத்
  தன்மை யிதென்று சார்ந்து செலுத்தினால்
சின் மயமாகி சிறக்குஞ் சிவயோகம்
  நன்மை யிதெனவே நாட்டங்கள் கண்டிடே
சுழியினில் வாசி சுழன்று ருகாமலே
  வழிதுறை கண்டு வாசியை யேற்றிடு
அழிபடு தேகமாதி நிலைத்திடும்
  முழிநடு சிக்கென முன்னிலைப் பின்னே.

சிவவாக்கிய சித்தர்



பாட்டிலாத பரமனை பரமலோக நாதனை
  நாட்டில்லாத நாதனை நாரிபங்கர் பாகனை
கூட்டி மெல்ல வாய்புதைத்து குணுகுணுத்த மந்திரம்
  வேட்டக்காரர் குசுகுசுப்பை கூப்பிடா முடிந்ததே.
திண்ணமென்று சேதி சொன்ன செவ்வியோர்கள் கேண்மினோ
  அண்ணலன்புளன் புகுந்து அறிந்து நோக்கலாயிடும்
மண்ணதிர விண்ணதிர வாசியை நடத்திடில்
  நண்ணியெங்கள் ஈசனும் நமதுடலில் இருப்பனே.

பாம்பாட்டிச் சித்தர்



மவ்வக் குடத்திலே பாம்ப டைப்போம்
   மணிவட்ட வாசியை வாரி யுண்போம்
வவ்வக் குடங்களைத் தள்ளி விடுவோம்
   வக்கிர சொப்பனத் தாண்டி விடுவோம்
பவ்வ வெளியிலே விட்டே வாட்டுவோம்
   பஞ்ச கருவியைப் பலிகொ டுப்போம்
சிவ்வுரு வாகியே நின்றோ மென்றே
   சீர்பாதங் கண்டு தெளிந் தாடாய் பாம்பே.

ஸ்ரீ காலங்கி நாதர்



மருவையிலே ரவிமதியும் சுழிமுனை மூன்றும்
   வாய் அதிர்ந்து பேசாதே மனதில் காணும்
அருவையிலே சகலமெல்லாம் ஒன்றுக்குள்ளே
   அகண்ட பரிபூரணமாய் நிற்கும் கால்தான்
திருவையிலே பளிச்சென்று ஒளிதான் வீசுமே
   திருவாகி வாசியென்ற இயல்தான் மைந்தா
பருவமுடன் ஆதார மூலம் பார்த்து
   பக்திகொண்டு புருவமதில் பணிந்து நில்லே.

கருவுரார்சித்தர்



வீடுமது தலைவாசல் அதுமேல் வாசல்
  வெளியான சுழிக்கதவு அடைக்கும் வாசல்
தேடுகிற மூவருமே வணங்கும் வாசல்
  திறமான பன்னிருவர் காக்கும் வாசல்
ஆடுகிற புலியாகி நின்ற வாசல்
  அரகர சிவசிவா வாசிவாசல்
கூடுகிற முக்கோணப் பரங்க ளாகிக்
  குறுகுமதி பெருகுமதி கூறொண் ணாதே.

ஸ்ரீ போகர்



உண்மையாய் இதைபோல எளிதில் சித்தி
  உத்தமனே மற்றொன்றில் இல்லையேதான்
பண்மையாம் பல்உயிராம் காலமெல்லாம்
  பார்த்தாலுங் கிட்டாது பாரிலில்லை
துண்மையாய்ச் சொல்உயர்ந்த வாசிதானும்
  சுருதிமுடிந்து இடம்சுளுவாம் சூட்சுமமாகும்
வன்மையாம் வாதி சித்தர் ரிஷிகள் யோகி
  வாசியைப் போல் சித்தியில்லை மறிந்து நோக்கே.

கொங்கண மகரிஷி



ஆண்டிருந்தோ மவுனத்தைச் சுழியினுள்ளே
யாடுகிற வழி மார்க்கம் வாசி பார்த்தேன்
பூண்டிருந்தேன் மனதையங்கே யோட்டிப் பார்த்தேன்
புருவமையத் தமர்திறந்து போனேன் மேலே
தாண்டிடும்போ தறுசபையுஞ் சுற்றக்கண்டேன்
சஞ்சரிக்க மாட்டமற் றவறி வந்தேன்
தூண்டினேன் விளக்கொளியைச் சூட்சங்கண்டேன்
சொற் பதங் கை கொண்டேன் துயர்வென்றே.

புலஸ்தியர்



கண்டதா ரையினி லூதிடும் வாசி
கபாலத்தின் வழியதாய்ச் சென்று
கருவூலமாய்ச் சூழ்ந்து பின்னிடமாய்
கருதிவைத் ததுவொரு கடிகை
அண்டமும் வலமாய் ஆராதனையது செய்
தாக்கினை யிடகலை புரிந்து
அசவுமென் மேலாய் யடிபணிந்தருளி
அதுவொரு கடிகைதான் செபிக்க
மண்டல முழுதும் பிரகாரத்தின் விசிதம்
மணி விளக் கதிக சோதியினிற்
மதியிருந்தோருமை கடவுளி னருமை
வாசி நின்றாடிய னேசம்

சனியனு மனுகான் நமனென் பதேது
சாத்திய மசாத்திய முமேது
சதாசிவப் பகவான் நடனஞ்செய் திருப்பார்
சாயுச்சிய பதவியுமாமே.

பிரும்மரிஷி



தெரியாத ஞானவழி கண்ட பின்பு
சித்தமது ஏகாந்த வழியில் நில்லு
அரிதான ஆதார மூலந்தன்னில்
அன்பான அக்கினிதன் னாவிதன்னை
விரியாமல் முக்கோணச் சுவரில் நின்று
மேலான வாசிதனை மேலேயேத்திச்
சரியானபடி சொந்த மனையைக்கண்டு
சங்கையுடன் தானிருந்து தன்னைக்காணே.

தேரையர்



தியானஞ்செய் யென்றீரே சற்குருவே ஐயா
தேறாம வலையுதையா மயக்கமாகி
தியானந்தா னேதேதோ யென்றுயெண்ணி
திடங்கொண்டு நிற்கவில்லை யறியாவண்ணம்
தியானந்தான் சொல்லக்கேள் மாணாக்கனே
செவியிலுப தேசம் வைத்த குருவையுன்னி
தியானந்தன் சுழிமுனையில் வாசி முட்டிப்பாரு
சித்திக்கு முபதேசம் பக்கந்தானே.

இராமதேவர்



தானென்ற யோகத்துக் குறுதியென்ன
　தன்மையுள்ள வாசியென்ற மூலமூலங்
கோனென்ற குருவருளால் வாசி மூலக்
　குறிப்பறிந்து கொள்ளுவது மென்னவென்றால்
நானென்ற வாணவத்தை நலமாய்த் தள்ளி
　நடுவான பூரணத்தைப் பற்றிக் கொண்டு
மானென்ற பிரணவத்துள் மனதைவைத்து
　மகத்தான கேசரியைத் தொழுது நில்லே.

வால்மீகர்



வந்ததுவும் போனதுவும் வாசி யாகும்
　வானில்வரும் ரவிமதியும் வாசி யாகும்
சிந்தை தெளிந் திருப்பவனா ரவனே சித்தன்
　செகமெலாஞ் சிவமேன்றே யறிந்தோன் சித்தன்
நந்தியென்ற வாகனமே தூல தேகம்
　நான்முகனே கண்மூக்குச் செவிநாக் காகும்
நந்திமுகன் சிவசத்தி திருமூச் சாகும்
　தந்தைதாய் ரவிமதியென் றறிந்து கொள்ளே.

திருவள்ளுவர்



நடுவனை தனிலேறி சிவசிவ
நாடிய குண்டலி வட்டத்துள்ளே
அடிநடு முடியறிந்து சுடரதில்
அனுதினம் வாசிகொண் டமிர்தமுண்டு
படியறிந் திசைநாதம் - சிவசிவ
பத்துமொரு மித்துவரு பழக்கமதால்
வடிவுள்ள ஜெகஜோதி – கமலமலர்
வந்துபணிந்தவ னான்காணும் -

திருமூலர்



தெளிந்திடும் சக்கரம் மூலத்தின் உள்ளே
அளிந்த அகாரத்தை அந்நடு ஆக்கி,
குளிர்ந்த அரவினைக் கூடிஉள் வைத்து
நளிந்தவை அங்குளழு நாடிய காலே.
சிவசிவ என்கிலர் தீவினை யாளர்
சிவசிவ என்றிடத் தீவினை மாளும்
சிவசிவ என்றிடத் தேவரு மாவர்
சிவசிவ என்னச் சிவகதி தானே.

சுப்பிரமணியர் ஞானம்

ஒழியாத சுழுமுனையி லொடுங்கி நல்ல
  உற்றகலை வாசிசிவ யோகத் தேகி
வழியான துறையறிந்து மவுனங் கொண்டு
  மகத்தான அண்டவரை முடிமேற் சென்று
தெளிவான ஓங்கார வடிவேல் கொண்டு
  தெளிந்துமன அறிவாலே தன்னைக் கண்டு
வெளியான பரவெளியில் வாச மாகி
  வேதாந்த சத்திசிவ ஆதி காப்பே.

நந்தீசர்

பாருனக்கு உரைப்பதற்கு புத்திகேளு
  பரமகுண முடையவனே பாலிப்பார்காண்
மேருனக்குச் சிரமீதி லிட்ட வாராய்
  மதிசயநயபய வயமென்றெ நிற்கவேணும்
தூருனக்குப் பயன்பூரு மைந்தைக் கூட்டி
  தூக்கிடு கபாலமண்ட கோளத்துள்ளே
வாசியென்ற சுவாச பந்தனமே செய்து
  வாய்பிசகா திருத்தாக்கால் வாய்க்குமென்றே.

அகப்பேய் சித்தர்



எத்தனை காலமுந்தான் - அகப்பேய்
  யோக மிருந்தாலென்
முத்தனு மாவாயோ - அகப்பேய்
  மோட்சமு முண்டாமோ
வாசியி லேறியடி - அகப்பேய்
  வான்பொருள் தேடாயோ
வாசியி லேறினானும் - அகப்பேய்
  வாராது சொன்னேனே.

குதம்பைச் சித்தர்



சத்தியமான தவத்தி லிருப்போர்க்கு
உத்திய மேதுக்கடி – குதம்பாய்
உத்திய மேதுக்குடி

நாட்டத்தைப் பற்றி நடுவனை சேர்வோர்க்கு
வாட்டங்க ளேதுக்கடி – குதம்பாய்
வாட்டங்க ளேதுக்கடி

உச்சிக்கு மேற்சென் றுயர்வெளி கண்டோர்க்கு
இச்சிப்பிங் கேதுக்கடி – குதம்பாய்
இச்சிப்பிங் கேதுக்கடி.

கடுவெளிச் சித்தர்



மெய்க்குரு சொற்கட வாதே- நன்மை
மென்மேலுஞ் செய்கை மிகவடக் காதே
பொய்க்கலை யால்நட வாதே- நல்ல
புத்தியைப் பொய்வழி தனில்நடத் தாதே.
எட்டு மிரண்டையும் ஓர்ந்து- மறை
எல்லா முனக்குள்ளே ஏகமாய்த்- தேர்ந்து
வெட்ட வெளியினைச் சார்ந்து- ஆனந்த
வெள்ளத்தின் மூழ்கி மிகுகளி கூர்ந்து.

அழுகனிச் சித்தர்



கண்ணுக்கு மூக்கடியோ காதோர மத்திமத்தில்
  உண்ணாக்கு மேலேறி உன்புதுமை மெத்தவுண்டு
உண்ணாக்கு மேலேறி உன்புதுமை கண்டவர்க்குக்
  கண்ணுக்கு மூக்கடியோ என்கண்ணம்மா
      காரணங்கள் மெத்தவுண்டே.

உச்சிக்குக் கீழடியோ ஊசிமுனை வாசலுக்குள்
  மச்சுக்கு மேலேறி வானுதிரந் தானெடுத்துக்
கச்சை வடம்புரிய காயலூர்ப் பாதையிலே
  வச்சு மறந்தல்லோ என் கண்ணம்மா வகை மோச
      மானேண்டி.

ரோமரிஷி.

செலுத்துவதும் உண்ணாக்கில் அண்ணாக்கையா
  சென்றேறிப் பிடரிவழித் தியானந் தோன்றும்
வலுத்ததடா நாலுமுனைக் கமுதமாச்சு
  மவுனமென்று நிருவிகற்ப வாழ்க்கையாச்சு
சொலித்திருக்கும் பன்னிரண்டி லிருத்தி யூது
  சோடசமாம் சந்த்ரகலை தேய்ந்து போச்சு
பலித்ததடா யோக சித்தி ஞான சித்தி
  பருவமாய் நாடிவைத்துப் பழக்கம் பண்ணே.

ஸ்ரீ மனோன்மணி சித்தர் பீடம்

சேரவாரும் புண்ணியோரே நம் மார்க்கம் சத்திய மார்க்கம்
மூலபண்டாரம் வழங்குகின்றான்! வந்து முந்துமினே

ஸ்ரீ தர்ம சாஸ்தா ஐயப்ப சேவா
அன்னதான அறக்கட்டளை
Trust Registration No. 136/2007

1. சித்தர்களின் யோக ஞானக் கலைகளும் சித்தர் பாடல்களும் மறைந்து விடாமல் பாதுகாத்து வளப்பது. எங்கே உண்மை இருக்கும் எங்கு ஞானம் கிடைக்கும் என தேடுகின்ற சாதகர்களும் ஐயம் திரிபு இன்றி எந்தவித எதிர்ப்பார்ப்புமின்றி எவ்வித கட்டாயமுமின்றி உபதேசம் வழங்கி ஆன்மிகப் பாதையில் அனைவரும் உழைப்பது.
2. ஒன்றே குலம் ஒருவனே தேவன் எனும் சித்தர்களின் நெறிப்படி இல்லறமோ துறவறமோ அவரவர்க்கு அமைந்தபடியே இருந்து யோகம், தியானம், தவம் போன்றவைகளை நித்தியம் கடைப்பிடித்து வாழ்வது.
3. இந்து தர்மமும் சைவ சமயமும் காட்டும் சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் என்ற நான்கு வழிகளிலும் இறையை அடைய சாதனை புரிவது. யோகம், தியானம், செய்ய நண்பனாக இருந்து கற்றுத் தருவது கற்றுக் கொள்வது.
4. இயற்கையாய் இறைவனே அனைத்திலும் மிகப்பெரியவன். அவன் அருளால் அவன் தாள் வணங்கியே அனைத்து ஞான சித்தர்களும் மெய்நிலை அடைந்தனர். ஆகவே நாமும் இறைவனை மட்டுமே குருவாகவும், திருவாகவும் கொண்டு பெரியவர், சிறியவர், இல்லார், உள்ளார், ஆண், பெண் என்ற பேதமேதுமின்றி அனைவரையும் தம்முயிர்போல் எண்ணி ஞானமடைய முயற்சிக்கும் உயிர்கள் யாவும் நல்லவையே என தேர்ந்து அன்போடு ஒன்று கூடி யோக ஞான சாதனைகளை மேற்கொள்வது.
5. தம்மில் அழுந்தி இருப்பதால் தமிழ் என பேர் பெற்றது என்ற வள்ளலாரின் வாக்குப்படி பிற மொழிகளில் பேதம் பாராது தமிழ் வளர்க்க சான்றோர்கள் வழியில் பாடுபடுவது. தமிழே தெய்வமாய் இருப்பதை உலகிற்கு உணர்த்துவது.

6. தெய்வத்திருப்பணிகளிலும் திருவிழாக்களிலும் பங்கேற்று பசிப்பிணி போக்க அன்னதானங்கள் செய்வது.
7. இறையருளால் தீட்சை பெற்ற யாவரும் சமதர்மமாகவும் சகோதரத்துவமாகவும் இருந்து காட்டி அன்பினால் இணைந்து பக்தி, தொண்டு, பஜனை, பாராயணம் போன்றவைகளை ஆன்மிக சாதனையாக்கி முழுமனதோடு செய்வது.
8. அனாதைக் குழந்தைகளையும், ஆதரவற்ற முதியோர்களையும் பாதுகாக்க இயன்ற நன் முயற்சிகளை செய்வது. படிக்கும் மாணவ மாணவியர்க்கு படித்தவர்களை கொண்டு இலவச கல்வி போதனா வகுப்பு நடத்துவது.
9. வள்ளுவரிலிருந்து வள்ளலார் வரை வாழ்ந்து காட்டிய சித்தர்கள் நெறியில் வாழ்வியலையும் உலகியலையும் ஆன்மிக வழியில் கடைப்பிடித்து வாழ்ந்து இறவா நிலை அடைய பாடுபடுவது.
10. ஞானிகளும் சித்தர்களும் சற்குருக்களும் மதிப்பதற்கும் போற்றுதற்கும் உரியோரே. ஆனால் வணங்குவதற்கும் வழிபாட்டிற்கும் தியானத்திற்கும் கருப்பொருள் இறைவன் ஒருவரே. அனைத்து மேலாம் நிலைகளுக்கும் மெய்பக்தியே அடிப்படை என்பதை அறிந்து அந்த இறையிடம் மட்டுமே அன்பு பக்தி செலுத்தி மேன்மையடைய வேண்டி அனைவருக்கும் போதித்து மெய் பக்தியை வளர்ப்பது.
11. ஞாயிறுதோறும் சத்சங்கம் கூடி தங்களது சந்தேகங்களையும் அனுபவங்களையும் பகிர்ந்துகொண்டு தெளிவடைவது. நன்னூல்களை படித்து ஆராய்ந்து மெய்ப்பொருளைப் பெறுவது சத்விசாரம் செய்வது. மெய்பொருளை அறிந்து சித்த வைத்திய ஆராய்ச்சி மேற்கொள்வது. ஆன்மிக சொற்பொழிகள் நடத்தி அறிவை அறிய வைப்பது.
12. சித்தர்களின் பீடங்களுக்கும் தெய்வ ஆலயங்களுக்கும் ஒத்த மனம் கொண்டு கூடி ஆன்மிக பயணங்கள் செய்வது அனுபவ அறிவு பெறுவது. இயற்கையில் ஏகாந்தமாய் இருந்து தியான தவம் மேற்கொள்வது.

ஈதல் இசைபட வாழ்தல் அதுவல்லது
ஊதியம் இல்லை உயிர்க்கு — திருக்குறள்.



நிறைவுரை

பாட்டுச்சித்தர் ஓம்சக்தி நாராயணசாமி
நிறுவனர் ஸ்ரீமனோன்மணி சித்தர் பீடம்
சிவந்திபுரம் (பொதிகை மலை அடிவாரம்)
அம்பை வட்டம், நெல்லை மாவட்டம்
செல்: 9843650639

அன்புசால் ஆன்மிக ஆத்மாக்களே, தமிழுலக வாசகர்களே! அனைவருக்கும் அடியவனின் அன்பு வணக்கம். அடியேன் எழுதிய சித்தர்கள் வழிகாட்டும் வாசியோகம் என்னும் இந்நூல் தமிழ் வாசக அன்பர்கள் அனைவரின் பேராதரவைப் பெற்று மிகக்குறுகிய காலத்தில் மூன்றாவது பதிப்பாக வெளிவருகிறது. இது நல்ல நூல் எனத் தீர்ப்பளிப்பது வாசகர்களே! இந்நூல் என் அன்பு சீடர்களுக்குத்தான் இயற்றப்பட்டது. சித்தர்களின் கருணையினால் இறைவனைத் தேடுகின்ற நற்பிறவிகளாக இவ்வுலகில் வருவோர்க்கும் இந்நூல் பயனைத் தருகின்றது. இந்நூலைப் படித்து அதன்மூலம் வாசியைப் பெற்று சாதனை செய்வோர்கள் பல்லோர்க்கும் தங்கள் அனுபவத்தால் இதன் பெருமையை அறிந்துள்ளார்கள். உண்மையில் பாடுபட்டு வாழ்ந்து வருகிறார்கள்.

கிட்டுமோ ஞானயோகம் கிமைக்குமோ குருவின் பாதம் கட்டுமோ மூலவாசி என்று சித்தர்கள் யாவரும் சுட்டிக்காட்டுவது இந்த வாசியோகம் ஒன்றைதான். இது சித்தர்களின் இரகசியக் கலையாகும். இதுவே சாகாக்கலையும் ஆகும். இது விட்டக்குறை பற்றித் தொடரும் பூர்வ ஜென்ம புண்ணியப் பிறவிகளுக்கு வாய்க்குமேயன்றி மற்றெவர்க்கும் எளிதில் கிட்டாது. வாசியே சூழும் வினைகளையும் வரும் நோய்களையும் விரட்டும் மாமருந்து. வாசியே உடலையும் உயிரையும் இணைக்கும் உயிர் வளர்க்கும் கலை. வாசியே இறைவனோடு கூட்டி வைக்கும் பேரின்ப கலை. வாசியே உலகியலில் சின்றின்பத்தையும் அடையச் செய்வது. வாசி எனும் சக்திக்கு உலகில் எல்லா சக்திகளும் கட்டுப்படும் என்பார் காகபுசுண்டர் வாசியை அடைய விதி இருக்க வேண்டும். அது நல்லோர்க்கே அமையும் என்பார் அகத்தியர். ஆதலால் வாசிப்பயிற்சிகளை முறையோடு முழு முயற்சியுடன் ஒரு நாளும் கைவிடாது தொடர்ச்சியுடன் செய்து வாசியை கைவல்யமாக்கிக் கொள்ள

வேண்டும். அதற்கு தேகபலமும் அறிவுபலமும் தெய்வபலமும் கூடி அமைந்திருக்க வேண்டும். வாசியை இயக்கும் எந்திர மந்திர தந்திர வித்தைகளை அறிந்து ஊதுகின்ற ஊதறிந்து ஊதவேண்டும். வாசியோகமே அனைத்திலும் உயர்ந்த ராஜயோகமாகும். வாசியோகம் செய்பவனே யோகி எனப்படுவான்.

இந்த யோகஞான சாதனைகளை பயில்வதினால் உடலில் இருந்த நோய்கள் எல்லாம் வெளியேறுவதால் அதனால் உடலில் சில உபாதைகள் வரக்கூடும். அதற்கெல்லாம் அஞ்சாமல் தொடர்ந்து சாதனைகள் செய்வதால்தானே அவையாவும் ஒழிந்துபோய்விடும். பூர்வ புண்ணியத்துடன் பிறந்துவந்த விட்டகுறையுள்ள பிறவிகளுக்கு மாயை மறைத்திருந்தாலும் இதைக்காட்டிக் கொடுத்தவுடன் கற்பூரத்தில் தீ காட்டியவுடன் பற்றிக்கொள்வதுபோல் வாசி அவர்களை பற்றிக்கொள்ளும். அது அமையாதவர்களுக்கு வாசியை அறிந்திருந்தாலும் அதை செய்யவிடாது தடைசெய்யும். அவர்கள் உடலில் உள்ள வினையால் நோய்களை ஏற்படுத்தி தொந்தரவை உண்டாக்கும். உடனே அவர்கள் இப்பயிற்சிகளை நிறுத்திவிட்டு சரியை கிரியையில் தலம், தீர்த்தம், மூர்த்தம் என்ற மூன்றையும் முறையாக முடித்து இறையருளைப் பெற்று இவ்வாசிப் பயிற்சியை செய்தால்தான் பலன் கிடைக்கும். ஆதலால் இது சித்தர் சந்ததிகளுக்கே உரிய கலையானதால் எவர்க்கும் எளிதில் அமையாது என்பதை அறிந்துணருங்கள். வாசியினால் உடம்பு நோயில்லா காயகற்பமாக மாறுமேயன்றி நோய்கள் வந்து துன்புறாது.

பிரம்மப்பொருளறிந்த ஞானிகள் வேறெந்த சாதனைகளும் தேவையில்லை என்று பிரம்மம் ஒன்றிலேயே மோன நிலையில் இருந்தே மோட்சத்தை அடைந்தார்கள். அவர்களுக்கும் இவ்வாசி தானாகவே நடக்கும். அதுதான் ஆன்மா என்றும் அறிவு என்றும் உணர்ந்து அதையே நோக்கி தியானம் செய்திருந்தார்களே தவிர வாசியை இயக்காது முக்தி நிலையைத்தான் அடைந்தார்கள். இந்நிலை அடைவதற்குள் ஞானிகள் பலர் உடம்பில் நோய்கள் வந்து அல்லல்பட்டார்கள். அதனை பிராரர்த்த கர்மா என்று அனுபவித்து அழித்தார்கள். ஆனால் சித்தர்கள் உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே என்று கூறி இந்த இரண்டையும் காத்து வளர்த்தார்கள். அதற்கே வாசியோக சாதனையை கண்டுபிடித்தார்கள். இறைவனை அடையும் வரை இந்த யோக ஞானத்தை இயற்ற இவ்வுடம்பும் வேண்டும் என்றுணர்ந்தே இந்த வாசி எனும் கலையால் உடம்பையும் பேணிக்காத்து உயிரையும் வளர்த்து இறைவனுடன் இரண்டறக் கலந்து சித்தி நிலை கண்டு என்றும் இறவாநிலையுடன்

இருக்கிறார்கள். முக்தி அடைந்த ஞானிகளுக்கும் மீண்டும் பிறப்புண்டு. சித்தி அடைந்த சித்தர்களோ இறப்பதும் இல்லை பிறப்பதும் இல்லை. இப்படித்தான் வாசியைக்கொண்டே சகல சித்தர்களும் எல்லா சித்திகளையும் பெற்றார்கள். அந்த வாசியையே நமக்கும் வழிகாட்டி சொல்லிச் சென்றனர்.

இந்த வாசி எனும் யோகக்கலை மிகவும் கடுமையான செயல். இதனை செய்வதற்கு மன உறுதியுடன் கூடிய சிரத்தை வேண்டும். இதனை இல்லறத்தில் இருப்பவர்கள் செய்யக்கூடாது பிரமச்சரியம் இருந்தால்தான் இதைச் செய்ய வேண்டும். அதனை துறவறத்தில் இருப்போரே செய்ய வேண்டும் என்ற பொய்யைப் பரப்பி மறைத்து விட்டார்கள். சித்தர்களோ நீ வந்ததுவும் போவதும் வாசிதான் என்பதை வலியுறுத்தி தன்னை அறிந்து இந்த சாதனைகளை செய்யச் சொல்லிப் பாடி இல்லறத்தில் இருந்தாலும் வாசியைப் பேண வேண்டும் என்றார்கள். அது அவர்கள் சொன்ன வழியில் பாடுபடும் ஆத்மாக்களுக்கே அமையுமேயன்றி வாய் ஞானம் பேசுவோர்களுக்கு அமையாது. இல்லற இன்பத்தை தருவதுவும் வாசிதான், பேரின்பத்தை கூட்டுவதும் வாசிதான். இல்லறத்தில் இருந்து செய்வோர் தேவருக்கு ஒப்பர் என்கிறது திருமந்திரம். சித்தர்கள் அனைவரும் இல்லறத்தில் இருந்தே இறவாநிலையை அடைந்து காட்டினார்கள். சித்தர்கள் யாவரும் உலகோர் பட்ட தீராத நோய்களை எல்லாம் தீர்த்து வைத்தார்களே தவிர ஞானியர் போல் நோயுற்று இறந்த சித்தர் வரலாறு ஏதேனும் உண்டா? சிந்தியுங்கள் சித்தர் கூற்றின் உண்மைகளை. இக்கலை ஆத்மா ஆத்மார்த்தமாக அறிய வேண்டிய அரிய கலை. உணர உணர்த்த வேண்டிய உன்னத கலை. இது இறைவனால் அருளப்பட்ட சித்தர்கலை. இது தன்னையும் அறிந்து இறைவனையும் உணர்ந்து மெய்ப் பாடுபடுபவர்களுக்கே கிடைக்கும். வாசியை காசு கொடுத்து வாங்கமுடியாது.

இறைவனை அடையமுயலும் இந்த வாசி எனும் யோக ஞான சாதனைகளை இயற்றுவதற்கு சித்தர்கள் தனித்திரு, விழித்திரு, பசித்திரு என்றே இயம்புகின்றனர். தியானதவம் செய்வதற்கென்று தனிமையான இடத்தை தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ளுங்கள். சாதனை செய்யும் நேரத்தில் நமக்கும் இறைவனுக்கும் தான் தொடர்பு இருக்க வேண்டும் என்பதால் தனிமையில் தவத்தில் இருக்க வேண்டும் என்பதையே தனித்திரு என்று சொன்னார்கள். எந்த நேரத்திலும் இறைவன் தன்னுள் நின்று காட்சி அளிப்பதால் விழியிலேயே விழிப்புடன் இருந்து தவம் செய்ய வேண்டும் என்பதையே விழித்திரு என்றார்கள். பசி வந்து தவிக்கும் உடல் போல இறைவி அருளும்

ஞான அமுதை அருந்தும் ஞானப் பசியுடன் இருந்து தவம் செய்வதையே பசித்திரு என்பார்கள். இந்த மூன்று நெறிகளிலும் முறையுடன் இருந்து தவசாதனைகளை தொடருங்கள்.

இந்த யோக ஞான சாதனைகளை அந்தி சந்தி உச்சி எனும் மூன்று காலநேரங்களை வகுத்து செய்யச் சொல்லியுள்ளார்கள். அந்தி என்பது சூரியன் உதயமாகும் அதிகாலை நேரம். சந்தி என்பது சந்திரன் உதயமாகும் மாலை நேரம். உச்சி என்பது நடுநிசி எனும் இரவு நேரம். இந்த மூன்று நேரங்களிலும் யோக சாதனைகள் செய்வதே உத்தமம். சாதனைகளை தொடங்குவதற்கு முன் மெய்பக்தியுடன் இறைவனைப் போற்றிப் பாடி பணிந்திடுங்கள். முத்திக்கும் சித்திக்கும் முதலாகவும் முடிவாகவும் இருப்பது பக்தியே. பக்தியில்லாமல் எந்த சித்தியும் அடையமுடியாது. ஆதலினால் இறைவன் மீது உண்மையான பக்தியுடன் அன்பினால் உருகி உருகி கண்ணீர் விட்டு அழுதிடுங்கள். எல்லாமே பொய்யென்றாலும் அழுதால் உன்னைப் பெறலாமே என்பார் மாணிக்க வாசகப்பெருமான். இறைவனையே நினைந்தபடி விம்மி விம்மி அழும்போது வாசி கிட்டுமப்பா. அதைக்கொண்டுதான் ஈசனை சேரலாமப்பா. இதைவிட்டால் வேறு கதி ஏதுமில்லையப்பா என்பார் காகபுகண்டர். ஆதலால் இறைவன் மீதே காதலாகி கசிந்துருகிப் பாடி கண்ணீர்விட்டு அழுதிடுங்கள்.

அதன்பின் சாதனைகள் செய்வதற்கு ஆசனத்தில் அமருங்கள். சித்தாசனம், பத்மாசனம், சுகாசனம் என்ற ஆசனங்களில் எது உங்களுக்கு இயல்பாக அமைகின்றதோ அதனையே பயன்படுத்தி தலை கழுத்து சாயாமல் முதுகுத்தண்டு வளையாமல் நிமிர்ந்து உட்காருங்கள். முதலாவதாக வாலையின் மூலமந்திரத்தை இருபத்தோரு முறை தொடர்ந்து உச்சரித்து வாலை பூசை செய்ய வேண்டும். வாலை பூசை முடித்துவிட்டு யோக சாதனையை தொடங்க வேண்டும். அமர்ந்தபடியே நாடி சுத்தி எனும் பயிற்சியை பத்துமுறை செய்து நாடி நரம்புகளை வாசி ஊதுவதற்கேதுவாக செய்ய வேண்டும். மூக்கில் ஓடும் மூச்சை இடது பக்கம் ஒரு விரலால் அடைத்தபடி வலதுபக்க மூக்கின் வழியாக ஓம் என்ற மந்திரத்தை மனதில் எண்ணியபடி மூச்சை உள்ளே ஏற்ற வேண்டும். பின் வலது மூக்கை அடைத்து இடது மூக்கின் வழியாக மூச்சை வெளிவிட வேண்டும். இதுபோல பத்துமுறை மாற்றி மாற்றி மூச்சை வெளியேற்றி உள் இழுத்துச் செய்வதுவே நாடி சுத்தி ஆகும். நாடி சுத்தி முடித்தபின் அப்படியே அமர்ந்திருந்து உடம்பில் நடக்கும் மூச்சை உற்று கவனித்து அமைதியாகப் பார்க்க வேண்டும். அப்படி பார்க்கும்போது

உடலில் நடக்கும் மூச்சு சீராக ஓடுவதை அறியலாம். இப்படி உடலில் நடக்கும் மூச்சை பத்துமுறை கவனித்துப் பார்த்திருப்பதால் உடலில் நிதானம் நிறைந்திருக்கும்.

இவைகளை முடித்தபின் வஜ்ராசனத்தில் அமர்ந்து வாசிப்பயிற்சி சாதனையைவிடாமல் நாற்பத்தைந்து நிமிடங்கள் தொடர்ந்து செய்ய வேண்டும். இந்த வாசிப்பயிற்சியில் எந்திரம், மந்திரம், தந்திரம் என்ற மூன்றும் ஒன்றிணைந்து செயல்படும். இதனைத் தொடர்ந்து செய்யச் செய்ய உடலில் நின்ற வாத, பித்த, சிலேத்தும நீர்கள் யாவும் கோழையாக வெளியே வரும். அதனைத் துப்பி வெளித்தள்ள வேண்டும். இப்படி ஏற்றி இறக்கி செய்யும் பயிற்சியினால் குண்டலினி சக்தி விழிப்படைந்து எல்லா வல்லமைகளும் ஏற்படும். உடல் உறுதியாகி வஜ்ரதேகமாகும். உயிர் வளர்ந்து விதியே மாறும். சோதி ஒளி துலங்கிப் பிரகாசிக்கும். எண்ணிய எண்ணம் எல்லாம் நடக்கும் என்பதையும் உடலில் இருந்த நோய்கள் மறைவதையும் அவரவர் அனுபவத்தால் அறியலாம்.

யோக சாதனை முடிந்தவுடன் நாற்பந்தைந்து நிமிடங்கள் தியானம் செய்ய வேண்டும். உடல் ஆடாது அசையாது நிமிர்ந்தமர்ந்து தாய் குரங்கை குட்டி பற்றிப் பிடித்திருப்பது போல் மெய்பொருள் ஒன்றையே மனதினால் பற்றி நின்று தியானம் செய்ய வேண்டும். தியானத்தின் போது மனம் அலையாதிருக்க மந்திர ஜெபம் செய்யலாம். இதுபோல் இந்த யோக தியானத்தை தினமும் ஒரு முகூர்த்த நேரம் செய்ய வேண்டும். இதுவே சித்தர்கள் சொல்லும்யோக ஞான சாதனைகள் ஆகும். இந்நூலில் சொல்லப்பட்ட வாசிப்பயிற்சியின் ஐந்து கூத்துக்களையும் உபதேசம் பெற்று உறுதியுடன் செய்து வந்தால் வாசி இலயமாகி நாதமாக ஒலிக்கும். வாசியே குருவாகி வழிகாட்டும். அதுவே சற்குரு என உணர்ந்து அந்த இறைவனைத்தவிர வேறு எவர்க்கும் எதற்கும் அடிமையாக இருக்காமல் சுயமாக சிந்தித்து சுதந்திரமாக பாடுபட்டு இச்சாதனைகளில் வெற்றி பெறுங்கள்.

அவரவர் வழி அவரவர் வினை என்றார் சித்தர். இந்த சித்தர் கலை உண்மைகளை உணராமல் எல்லாம் அறிந்தவர் என்று சொல்லி இந்த பூமியிலே முழுஞானி என்று தானே கூறிக்கொண்டு குருவாக வலம் வருவார். வாய் ஞானம் பேசியே உழைக்காமல் உல்லாசமாக இருப்பாரேயன்றி உயிர் வளர்க்க அறியாத சோம்பேரிகளே அவர்கள் என்பார்கள் சித்தர்கள். குருவை வெளியில் தேடாதே உனக்குள் தேடி கண்டுபிடி என்றே எடுத்துரைப்பார்கள். இதுபோல் பொய் வேடம் போட்டு குருவாக வருவோரை சாடாத சித்தர்களே இல்லை. வருவார்கள் அப்பனே அநேகங்கோடி வார்த்தையால் பசப்புவார் திருடர்தானே என்கிறார் அகத்தியர். அவர்கள் சொன்னதுபோல் இக்கலிகாலத்தில் பொய்குருக்கள் பலர் தோன்றி வருகிறார்கள். உலகமெங்கும் விளம்பரங்கள் செய்து யோகத்தையும் ஞானத்தையும்

உபதேசம் செய்வதாகக் கூறி கட்டணங்கள் வகுத்து வியாபாரம் செய்கின்றனர். எல்லாம் துறந்தவர்போல் வேடம் பூண்டு வந்து பணத்தையும் புகழையும் சேர்க்கின்றார்கள். இது போன்றோரின் மாயையில் வசப்பட்டு அவர்கள் கற்றுத்தரும் கலையே உண்மை என்று நம்பி எத்தனையோ நற்பிறவிகள் அடிமைகளாக மாறிக் கெட்டுப்போகின்றனர். பலர் தீராத நோய்களுக்கு ஆட்படுகின்றனர். திருமூலர் சொல்வதுபோல் குருடும் குருடும் குருடாட்டம் ஆடி குழியில்தான் விழுகின்றனர்.

இதனை எல்லாம் ஆங்காங்கே சென்று கண்ட பின்னர்தான் இந்நூலை எழுதி வெளியிட்டேன். அதனைப் படித்த பல நல்லுயிர்கள் அடிமைத் தளையிலிருந்து விடுபட்டார்கள். இப்படி வரும் பொய் குருக்கள் தன்னை விட்டு நீங்குவோர் குருசாபத்தை அடைவர் என்று அச்சுறுத்துவர். இவர்கள் வாசியை அறியா தோசிகளே. இவர்கள் சொல்லும் ஞானம் பாவத்தை அழிக்கும் என்பதை அறியாமல் தாங்கள் கண்ட ஞானத்தால் பாவத்தையே சம்பாதிக்கின்றனர். வாசியை அறிந்தாலே சாபங்கள் அழிந்து போய்விடும் என்பதை உணருங்கள். இவர்களை நினைத்து அஞ்சாமல் வெளியேறி வாசியை தேடி அடைந்திடுங்கள். அவ்வாசியினால் அஞ்சவருவது ஒன்றில்லை அஞ்சப்போவதும் ஒன்றில்லை என்ற திட நெஞ்சம் வாய்க்கும். இறைவனைத் தேடும் நற்பிறவிகள் மாயையில் மாட்டாது பொய்யில் சிக்காது உண்மையை உணர்ந்து பாடுபட்டு உயர வழிகாட்ட வேண்டுமென்றே சித்தர்கள் தயவுடன் இந்நூலை இயற்றினோம். இந்நூலைப் படிப்பவர்கள் மனதையும் உயிரையும் உருக வைத்து உண்மைகளையே உணர்த்தி வைக்கும். தன்னை அறியும் அறிவை அறிய வைக்கும். யோக ஞானத்தில் செலுத்தி வைக்கும்.

அடியவனும் இவ்வுலக மாயையில் சிக்கி பல துன்பங்களையும் அனுபவித்து கடந்தவன் தான். இருப்பினும் பக்தியை கைவிடாமல் சரியை, கிரியை, யோகம் ஞானம் என்ற வழிகளில் நின்று பாடுபட்டே இறையருளால் வாசியை அடையப்பெற்றேன். இதனையும் சித்தர்கள் சொன்னதுபோல பன்னிரெண்டு ஆண்டுகள் இச்சாதனையில் பாடுபட்ட பின்னரே மெய்ஞானத்தைப் பெற்றேன். வாழ்வில் எனக்கு ஏற்பட்ட அத்தனை சோதனைகளையும் வாசியினால்தான் வென்றேன். அந்த அனுபவத்தால் கண்ட உண்மைகளையே யான் பெற்ற இன்பம் பெறுக இவ்வையகம் என்ற சித்தர் கொள்கையையே இந்நூலாக்கித் தந்தேன். இந்த மெய் ஞானத்தை இறைவன் எனக்கருளினபடியால் நற்பிறவிகளுக்கும் இறைவனையே கருவாகக் கொண்டு உபதேசமாக வழங்குகின்றேன். இதற்கு குருதட்சனையாக அன்பைத் தவிர வேறெதையும் கேட்பதில்லை. எவரையும் அடிமையாக ஆக்குவதில்லை. அன்பே சிவம் என்றருளி தன்னை அறிய வைத்து அறிவையே ஆயுதமாக்கிக் கொண்டு இறையருளைப் பெற்றுய்யுங்கள் என்றே உபதேசம் கொடுக்கின்றோம். அவரவரும் தன் அறிவைக் கொண்டு ஆராய்ந்து உண்மை வழியில் சுயமாகவும் சுதந்திரமாகவும்

இருந்து சாதனையில் வென்று இறைவனை அடையத் தூண்டுவதே என் சிந்தையும் செயலுமாகும். இதுவே இறையருளால் அகத்தியர் மலையில் அமைய இருக்கும் நம் ஸ்ரீமனோன்மணி சித்தர் பீடத்தின் இலட்சியம் ஆகும்.

அன்பே சிவம் எனக்கண்டு சித்தர்கள் வழியில் தவசாதனைகளில் வாழந்து வரும் நம் சித்தர் பீட மெய்யன்பர்களே! அன்பு வழியில் இறைவனை அடையும் யோக ஞான சாதனைகள் செய்வதற்கும் தனிமையில் இருந்து தவம் புரிவதற்கும் என்றே நம் சித்தர் பீடம் ஒரு தவச்சாலை அமைக்க விரும்பினோம். இறைக்கருணையினால் அகத்தியப் பெருமான்வாழும் பொதிகை மலைக்கு அருகில் உள்ள சிவந்திபுரம் எனும் சிற்றூரில் பழைய பாபநாசம் சிவன் கோயிலுக்கு அருகாமையில் சுமார் இரண்டு ஏக்கர் நிலம் தானமாகப் பெற்றுள்ளோம். அங்கே சித்தர்கள் போற்றும் வாலை அம்மன் கோயிலும், தவக்குடில்களும், அகத்தியர் துணையுடன் அனைத்து சித்தர்களுக்கு ஆலயங்கள் அமைக்கவும் திருப்பணிகள் செய்துவருகிறோம். இந்த சித்தர்பீடம் தவ சாதனைகள் இயற்றும் நம்மார்க்க அன்பர்கள் அனைவருக்கும் உரிமையானது. இறைவனைத்தேடும் அனைத்து நற்பிறவிகளும் நம்மார்க்கத்தினரே. இங்கே அனைவரும் சமம். இங்கு அன்பைத் தவிர வேறு எந்த கட்டாயமும் இருக்காது. இங்கே எங்களோடு இருந்து வாசியோக சாதனைகளை இயற்றலாம். இறை பக்தி ஊட்டுதற்கும், தவசிகளுக்கு தொண்டாற்றுதற்கும், தன்னை அறிந்து யோகஞான சாதனைகளில் நின்று தவம்புரிதற்கும், தர்மத்தை வளர்த்து உலகநன்மைகளுக்கு உழைப்பதுவும் நம் சித்தர் பீடத்தில் கொள்கையாகும்.

நம் சித்தர் பீடத்தில் இறைவன் கட்டளைப்படி ஞாயிற்றுக்கிழமைகள் தோறும் சித்தர் வழியில் யோகஞான உபதேசம் நடந்து வருகிறது. மேலும் நம் சித்தர் பீட யோக ஞான சாதகர்கள் அழைப்பிற்கிணங்க தமிழகத்தில் பல ஊர்களிலும் சென்று இந்த ஞான உபதேசம் செய்து வருகின்றோம். தேடுதல் நிறைந்த ஆயிரமாயிரம் அன்பர்கள் பிறவிப் பயனைப் பெற்றுள்ளார்கள். கடந்த பத்தாண்டுகளாக நடந்து வரும் இந்த ஞானத்தை எவரும் தவறு என்று சொன்னதில்லை. நாங்களும் இந்த சித்தர் வழி ஒன்றே உண்மை என்பதை அவரவர் அனுபூதியில் உணர்த்துகின்றோமே தவிர வேறு தெய்வங்களை நம்பாதீர்கள் என்று உபதேசிப்பதில்லை. கடைசி வரை குருவிற்கு அடிமையாக இருக்க வேண்டும் என்றோ குருதட்சணை கொடுக்க வேண்டும் என்றோ எவரையும் கட்டாயப்படுத்தி வைப்பதும் இல்லை. தானத்திலேயே மிகச்சிறந்தது ஞானதானமே என்றார் சுவாமி விவேகானந்தர். அந்த ஞானதானத்தையே இறை சேவையாக செய்து வருகின்றோம். தன்னை அறிந்து இறைவன் ஒருவனே என்பதை உணர்ந்து அன்பு நெறியில் நின்று தவம் என்னும் தர்மவாழ்வை வாழ வேண்டியே உண்மை வழியை உபதேசிக்கின்றோம். சித்தர்கள் சொல்லும் கேட்டல், சிந்தித்தல் தெளிதல் என்பவைகளை தீர ஆராய்ந்து அறிவு தெளிவடைந்த பின்னர்

சாதனைகளை தொடங்கவே கற்றுத் தருகின்றோம்.

இப்பாதையில் என்னுடன் இருந்த சிலர் சத்தியவாக்கை மீறி தாங்களே குருவாகி இதையே விற்று வியாபாரப் பொருளாக்கி வாழ்ந்து வருகின்றார்கள். உள்ளொன்று வைத்து புறமொன்று பேசி வந்த அவர்களை என் குருநாதன் விலக்கி வைத்தான். தவத்தில் சிறந்த பல நல்லூயிர்களை உலகமெங்கிலும் இருந்து என்னுடன் சேர்த்தும் வைத்தான். எல்லாம் அவன் செயல் என்றாலும் நான் எவரையும் என்னோடுதான் இருக்க வேண்டும் என்று எண்ணியதில்லை. இருப்பினும் நம் சித்தர் கூட்டத்தில் உள்ள பல மெய்யன்பர்கள் எங்கிருந்தாலும் என்னுடன் என்றும் அன்பினால் கூடி தவத்தில் இருந்து இறவாநிலை அடைய மெய்ப்பாடுடன் முயன்று வருகின்றார்கள். அதுபோன்ற நற்பிறவிகளின் தவத்தால் உருவாகப் போவதே ஸ்ரீமனோன்மனி சித்தர் பீடம். அடியவன் இறுதியில் சமாதி அடையும் இடம் இந்த பீடம்தான். ஆதலால் நம் அன்பர்கள் அனைவரும் பெரும் பொருட்செலவில் நடைபெறும் இத்திருப்பணிகளில் பங்கேற்று அனைத்து உதவிகளையும் செய்து நிறைவேற்றித் தருமாறு அன்புடன் கேட்டுக் கொள்கின்றேன்.

இந்நூல் வாயிலாக அனைத்து உண்மைகளையும் உணருமாறு உணர்த்தியுள்ள நான் நம் சித்தர்பீடம் அமைய உள்ள இடத்தையும் அதன் இலட்சியங்களையும் இதில் அறிவித்துள்ளேன். இந்நூல் சிறப்புடன் வெளிவர உதவி செய்த அனைவர்க்கும் என் அன்பும் அருளும் உரித்தாகுக. இந்நூல் படிக்கும் அனைவருக்கும் இறையருளும் சித்தர்கள் கருணையும் கிடைத்து நலமுடன் வாழ வாழ்த்துகின்றேன். நான் இயற்றும் நூல்களின் எல்லாப் பணிகளிலும் என்னுடன் இருந்து பணியாற்றுவதும் நமது ஆஸ்ரமத் திருப்பணிகளில் தொண்டாற்றி வரும் என் அன்புச் சீடர்களான இரா. உதய சூரியன் M.Sc. M.Phil. பாரதி உதய சூரியன் M.A. B.Ed. அவர்களுக்கும், இந்நூலை அழகிய வடிவில் அச்சிட்டு தந்த அன்பு சீடர் திரு. வேதாசலம் (விஎஸ்டி ஆப்செட், சென்னை) அவர்களுக்கும் எல்லாம் வல்ல வாலைத்தாய் நல்லருளை வழங்க வேண்டி என் நன்றியையும் ஆசியையும் கூறி இந்த நிறைவுரையை நிறைவு செய்கின்றேன்.

என்றும் அன்புடன்
பாட்டுச்சித்தர் ஓம்சக்தி நாராயணசாமி
நிறுவனர் ஸ்ரீமனோன்மணி சித்தர் பீடம்
சிவந்திபுரம் (பொதிகை மலை அடிவாரம்)
அம்பை வட்டம், நெல்லை மாவட்டம்
செல்: 9843650639